

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pembangunan bagi bangsa Indonesia yang sedang berkembang melibatkan segala aspek kehidupan, aspek tersebut dapat digolongkan ke dalam beberapa bidang, misalnya pendidikan, kebudayaan, ekonomi, dan tata pemerintahan. Meskipun demikian tidak meninggalkan bidang yang lain karena masing – masing bidang ini saling mendukung termasuk juga dalam bidang olahraga. Sebagai salah satu aspek penunjang perkembangan bangsa, pendidikan merupakan proses memanusiakan manusia muda (Agus Taufiq dkk, 2010:1.3).

Upaya peningkatan sumber daya manusia telah diusahakan melalui beberapa ketetapan MPR, antara lain Tap No. IV/ MPR / 1999 yang berbunyi “Menumbuhkan budaya olahraga guna meningkatkan kualitas manusia Indonesia sehingga memiliki tingkat kesehatan dan kebugaran yang cukup, yang harus dimulai sejak usia dini melalui pendidikan olahraga di sekolah dan masyarakat “ (GBHN,1999:2). Olahraga yang teratur, terprogram dan terencana dengan baik dapat memelihara bahkan meningkatkan derajat kesehatan dan kesegaran jasmani. Melakukan olahraga yang baik, terprogram dan terukur berarti ada kesempatan menanamkan modal bagi tubuh, umur panjang, kesehatan yang lebih baik, hidup yang lebih bergairah dan kebahagiaan yang berkesinambungan.

Salah satu komponen dari kebutuhan hidup setiap manusia, dalam pelaksanaan untuk mencapai badan yang sehat, di dunia pendidikan yakni dengan adanya mata pelajaran pendidikan jasmani, dan olahraga mulai jenjang SD/MI, SMP/MTs, SMA/MA, hingga perguruan tinggi. Arma Abdoellah dan Agus Manadji (1994: 5) menyatakan 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 keterampilan jasmani, pertumbuhan kecerdasan dan pembentukan watak. Pelaksanaan pendidikan jasmani dan olahraga merupakan sebuah investasi jangka panjang dalam upaya pembinaan mutu sumber daya manusia Indonesia. 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 memiliki peran yang sangat penting dalam mengintensifkan penyelenggaraan pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup. Pendidikan jasmani memberikan kesempatan pada siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain, dan berolahraga yang dilakukan secara sistematis, terarah dan terencana. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina, sekaligus membentuk gaya hidup sehat dan aktif sepanjang hayat.

Pendidikan jasmani adalah wahana untuk mendidik anak. Tujuan ideal dari pendidikan jasmani itu bersifat menyeluruh, sebab bukan hanya mencakup aspek fisik, tetapi juga aspek lainnya yang mencakup aspek intelektual, emosional, sosial, dan moral. Kelak anak muda itu akan tumbuh dan berkembang menjadi seseorang yang percaya diri, berdisiplin, sehat, bugar, dan hidup bahagia.

Program pendidikan jasmani dan kesehatan di lingkungan sekolah, peranan guru pendidikan jasmani dalam mengarahkan siswa pada setiap pembelajaran maupun dalam kegiatan ekstrakurikuler sangat diperlukan sehingga tujuan melakukan kegiatan olahraga tersebut tercapai. Dalam kurikulum Pendidikan Jasmani dan kesehatan Sekolah Dasar dijelaskan bahwa tujuan pendidikan jasmani dan kesehatan di Sekolah Dasar adalah membantu siswa untuk perbaikan derajat kesehatan dan kebugaran jasmani.

Keberhasilan program pendidikan jasmani dan kesehatan yang dilaksanakan di sekolah perlu untuk diketahui khususnya oleh guru pendidikan jasmani dan kesehatan. Informasi tentang keberhasilan suatu program dapat dijadikan sebagai bahan evaluasi dalam meningkatkan program kegiatan agar lebih baik dari sebelumnya. Guru pendidikan jasmani dan kesehatan perlu mengetahui tentang keadaan kebugaran jasmani siswa baik secara individu maupun secara keseluruhan disuatu sekolah. Pengetahuan ini berguna untuk menentukan aktivitas jasmani apa yang akan diberikan dan berapa intensitasnya dalam aktivitas jasmani tersebut dalam setiap pembelajaran.

Siswa Sekolah Dasar (SD) yang pada umumnya berumur antara 6-12 tahun yang secara fisiologis masih dalam tahap pertumbuhan dan perkembangan. Aktivitas program pendidikan jasmani dan kesehatan diharapkan juga mampu memberikan sumbangan terhadap proses pertumbuhan dan perkembangan anak. SD Negeri Megulungkidul salah satu Sekolah Dasar yang telah menerapkan kurikulum pendidikan dasar pada semua bidang studi. Begitu juga dengan bidang studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan yang telah dilaksanakan empat jam pelajaran (4x35 menit per minggu) untuk kelas III, IV, V dan VI, tiga jam pelajaran (3x35 menit per minggu) untuk kelas II dan dua jam pelajaran (2x30 menit per minggu) untuk kelas I.

Mata pelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan yang dilaksanakan di sekolah merupakan salah satu program yang bertujuan untuk meningkatkan kebugaran jasmani siswa, dengan kebugaran jasmani yang baik diharapkan siswa dapat mencapai prestasi belajar yang optimal. Keberhasilan program pendidikan jasmani di sekolah tentunya harus didukung oleh beberapa faktor seperti tersedianya alat dan fasilitas yang memadai, kecakapan guru pendidikan jasmani dan kesehatan dalam memberikan materi pelajaran maupun kemauan siswa untuk mengikuti pelajaran.

Kebugaran jasmani merupakan kebutuhan yang mutlak dipenuhi agar kita dapat beraktivitas secara maksimal dalam kehidupan sehari-hari. Terlebih lagi pada anak usia sekolah dasar bahwa kebugaran jasmani sangat penting karena secara langsung akan berpengaruh terhadap keberhasilan dalam proses

pembelajaran di sekolah. Kebugaran jasmani pada anak dituntut untuk selalu baik dan stabil dengan maksud agar si anak mampu berkonsentrasi penuh selama melaksanakan kegiatan belajar mengajar di sekolah. Hal itu dikarenakan proses belajar mengajar tidak hanya memerlukan tenaga pikiran saja melainkan juga memerlukan dukungan fisik yang baik serta bugar. Untuk itu maka pendidikan jasmani yang mengutamakan aktivitas guna meningkatkan kebugaran jasmani sudah harus diberikan sejak anak duduk di bangku sekolah dasar.

Sekolah Dasar Negeri Megulungkidul Kecamatan Pituruh Kabupaten Purworejo merupakan salah satu dari sekian banyak sekolah yang berstatus negeri. Letak SD Negeri Megulungkidul di dekat kota kecamatan sebelah barat dari kantor kecamatan, sehingga termasuk dataran rendah (lembah) karena terjangkau dengan transportasi apapun dan tanah yang keadaannya relatif datar dan luas sampai ketinggian sekitar 200 m dari permukaan laut. Siswa siswi SD Negeri Megulungkidul jarak rumah dengan sekolah rata-rata tidak terlalu jauh sehingga bisa ditempuh dengan sepeda bahkan banyak yang diantar orang tuanya dengan sepeda motor. Dalam proses pembelajaran SD Negeri Megulungkidul menggunakan silabus dan KTSP. Sarana dan prasarana sekolah cukup memadai sehingga guru pendidikan jasmani lebih mudah dalam memberikan materi Pelajaran.

Keadaan SD Negeri Megulungkidul tersebut jauh berbeda dengan SD Negeri 1 Kaligintung sebagai salah satu SDN daerah dataran tinggi (perbukitan) yang terletak disebelah utara \pm 9 km dari kantor Kecamatan

Pituruh. Di banding dengan SD Negeri Megulungkidul, SD Negeri 1 Kaligintung merupakan salah satu SD yang termasuk daerah tinggi (perbukitan) karena alat transportasi juga terbatas, ada daerah yang hanya terjangkau dengan jalan kaki yang letaknya di daerah tinggi atau perbukitan. Letak rumah siswa sampai sekolah ada yang berjarak dua kilometer, sehingga untuk mencapai sekolah siswa harus berjalan kaki karena tidak bisa ditempuh dengan sepeda. Dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani, guru menggunakan pedoman silabus dan KTSP. Sarana dan prasarana di SD Negeri 1 Kaligintung masih sangat kurang dan jauh dari standar, sehingga memperlambat proses pembelajaran siswa. Anak harus menunggu dan bergiliran untuk melaksanakan pembelajaran.

Keadaan seperti diatas mengakibatkan anak menjadi malas serta peranan aktifitas anak sangat rendah. Pesatnya kemajuan iptek juga dimungkinkan membawa dampak kurang baik bagi status kebugaran jasmani siswa. Mereka telah akrab dengan teknologi canggih, aneka permainan modern yang ada di internet. Program pendidikan jasmani dan kesehatan yang dilaksanakan di sekolah yang hanya empat jam pelajaran itu, tujuan untuk meningkatkan kebugaran jasmani siswa tentu saja tidak akan tercapai. Usaha pemeliharaan dan peningkatan kebugaran jasmani minimal seorang harus melakukan aktivitas jasmani atau latihan 3-4 kali dalam seminggu 30 – 45 menit tiap melakukan aktivitas jasmani. Dapat ditambahkan juga bahwa orang yang sering melakukan aktivitas jasmani atau berlatih akan berdampak terhadap kesehatan otot jantung. Program latihan atau aktivitas jasmani agar

lebih bermakna harus dilaksanakan secara berkelanjutan dan perlu diadakan evaluasi dalam bentuk tes dan pengukuran.

Mengacu uraian di atas, maka cukup kuat alasan peneliti berupaya untuk mengadakan penelitian dan pengkajian secara mendalam test kebugaran jasmani yang bertujuan “ Mengetahui perbedaan tingkat kebugaran siswa kelas IV dan V Sekolah Dasar Negeri yang terletak di daerah dataran tinggi (perbukitan) dengan Sekolah Dasar Negeri yang terletak di dataran rendah (datar) Kecamatan Pituruh Kabupaten Purworejo.”

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

- 1) Saat pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan , selain materi peranan siswa terlihat malas-malasan.
- 2) Ada sebagian siswa yang mempergunakan waktu luang bermain plastysion atau permainan di internet bisa berakibat kebugaran jasmaninya rendah.
- 3) Minimnya sarana dan prasarana membuat sistem antri dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan.
- 4) Belum diketahui perbedaan tingkat kebugaran jasmani siswa kelas IV dan V Sekolah Dasar Negeri yang terletak di daerah dataran tinggi (perbukitan) dengan Sekolah Dasar Negeri yang terletak di dataran rendah (datar).

C. Batasan Masalah

Mempertimbangkan keterbatasan dari peneliti, maka penulis hanya akan membatasi satu masalah saja yang nantinya akan digunakan dalam penelitian serta akan dikaji secara mendalam. Masalah tersebut adalah Belum diketahui perbedaan siswa kelas IV dan V Sekolah Dasar Negeri yang terletak di daerah dataran tinggi (perbukitan) dengan Sekolah Dasar Negeri yang terletak di dataran rendah (datar).

D. Rumusan Masalah

Sebuah penelitian tidak terlepas dari permasalahan sehingga perlu kiranya masalah tersebut untuk diteliti, dianalisis dan dipecahkan. Setelah diketahui dan dipahami latar belakang masalahnya maka yang menjadi permasalahan dalam penelitian ini adalah “apakah ada perbedaan tingkat kebugaran jasmani siswa kelas IV dan V Sekolah Dasar Negeri yang terletak di daerah dataran tinggi (perbukitan) dengan Sekolah Dasar Negeri yang terletak di dataran rendah (datar).”

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui ada perbedaan tingkat kebugaran jasmani siswa kelas IV dan V Sekolah Dasar Negeri yang terletak di daerah dataran tinggi (perbukitan) dengan Sekolah Dasar Negeri yang terletak di dataran rendah (datar).

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut :

1. Secara Teoritis

- a. Dapat dijadikan referensi apabila nantinya akan dilakukan penelitian berikutnya dan dilakukan pengkajian lebih lanjut.
- b. Hasil dari penelitian ini diharapkan akan dapat memberikan satu informasi ilmiah tentang bagaimana upaya-upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kebugaran jasmani siswa di sekolah dasar.

2. Secara Praktis

- a. Bagi siswa Dapat digunakan sebagai tolok ukur tingkat kebugaran jasmani siswa di sekolah dasar, seberapakah tingkat kebugaran jasmani siswa di sekolah tersebut.
- b. Bagi sekolah khususnya guru pendidikan jasmani dapat memberikan gambaran yang nyata, sehingga hasil penelitian ini dapat menjadi bahan evaluasi dalam usaha menyusun program pembelajaran yang berkualitas agar mampu meningkatkan kebugaran siswa itu sendiri.