

BAB 2

TINJAUAN TEORETIS

2.1 Tinjauan Teoretis

2.1.1 Kajian Pustaka

2.1.1.1 Minat

2.1.1.1.1 Pengertian Minat

Minat merupakan rasa suka terhadap suatu kegiatan yang membuatnya merasa senang. Hal ini sejalan dengan Cahyono (2017) minat adalah fungsi kejiwaan untuk merasa tertarik pada objek baik berupa benda atau hal lain, rasa tertarik pada suatu objek tersebut merupakan suatu hal ketertarikan dari subjek yang disebabkan unsur-unsur tertentu yang terdapat pada objek minat, dengan kata lain minat merupakan sambutan secara sadar yang didasari oleh perasaan positif yang nantinya akan menimbulkan perasaan yang positif juga (hlm 8). Dan menurut Rohim (2019) minat adalah keterkaitan hati yang tinggi pada suatu hal atau aktivitas tanpa ada yang menyuruh (hlm 22). Jadi dapat disimpulkan bahwa minat adalah rasa suka terhadap benda atau objek yang dapat menarik perhatian untuk melakukan aktivitas yang akan dilakukan tanpa ada yang menyuruh.

2.1.1.1.2 Faktor Minat

Menurut Totot Santoso dikutip dalam (Supriadi, 2018) mengemukakan ada beberapa faktor yang mempengaruhi minat seorang anak, antara lain:

1) Motifasi dan Cita-Cita

Motifasi erat hubungannya dengan tujuan yang akan dicapai. Didalam menentukan tujuan itu dapat disadari atau tidak, akan tetapi untuk mencapai tujuan itu perlu berbuat, sedangkan yang menjadi penyebab berbuat adalah motif itu

sendiri sebagai daya penggerak atau pendorong. Dengan adanya cita-cita dan dukungan motivasi yang kuat dalam diri seseorang maka akan dapat membesarkan minat orang itu terhadap suatu objek.

Ada dua macam motivasi yaitu:

a) Motivasi Instrinsik

Adalah suatu bentuk motivasi yang berasal dari dalam diri individu dalam menyikapi suatu aktivitas dan pekerjaan yang diberikan kepada individu dan membuat aktivitas dan pekerjaan tersebut mampu memberikan kepuasan batin bagi individu itu sendiri.

b) Motivasi Ekstrinsik

Dorongan yang berasal dari luar individu yang menyebabkan individu berprestasi. Motivasi ekstrinsik adalah motivasi yang menyebabkan individu bertingkah laku karena adanya rangsangan dari luar individu.

2) Sikap terhadap Guru dan Pelajar

Sikap terhadap guru meliputi bagaimana interaksi anak dan guru mempengaruhi terhadap minat pada pelajaran yang akan diberikan oleh guru, sebaliknya jika anak tidak dapat berinteraksi dengan baik maka dia akan menjadi simpati terhadap pelajaran yang akan diberikan. Didalam interaksi yang baik siswa akan menyukai gurunya, juga akan menyukai mata pelajaran yang akan diberikan sehingga siswa berusaha mempelajari sebaik-baiknya, dan sebaliknya.

3) Keluarga

Peranan keluarga sangat berperan dalam memberikan dorongan kepada peminat yang telah melakukan aktivitas olahraga, apabila keluarga mendukung anak mereka maka biasanya minat anak akan menjadi bertambah besar, artinya dia

termotivasi oleh keluarga. Jika keluarga tidak mendukung dengan kegiatan yang diminati oleh anak maka minat anak tersebut semakin turun, bahkan dapat hilang, Peranan keluarga terhadap perkembangan anak tidak hanya terbatas situasi atau ekonomi kepada srtuktur dan sikap-sikap dalam pergaulan memegang peranan penting. Didalam hal ini mudah diterima apabila kita ingat bahwa keluarga itu sudah merupakan sebuah kelompok sosial dengan orang tua, struktur, norma-norma, dinamika-dinamika, kelompok termasuk cara-cara kepemimpinan yang sangat mempengaruhi kehidupan individu yang menjadi anggota kelompok tersebut.

4) Sarana dan Prasarana

Suatu aktivitas olahraga akan berjalan secara lancar dengan tersedianya sarana dan prasarana yang mendukung dan lengkap. Adanya saran dan prasarana yang mendukung dan lengkap akan menimbulkan ketertarikan seseorang pada aktivitas olahraga tersebut. Dengan demikian akan menjadikan minat sesorang terhadap suatu objek menjadi lebih besar. Contoh dalam hal ini sarana dan prasarana permainan bola basket : lapangan, bola basket, sepatu basket, kaos tim, pelatih, dll.

5) Media Massa

Pengaruh alat komunikasi terhadap perubahan-perubahan minat dan perkembangan sosial pribadi manusia sangatlah besar. Alat-alat komunikasi itu antara lain : televisi, internet, surat kabar, majalah, dan lain-lain. Dari media massa inilah, minat seseorang akan timbul untuk melakukan aktivitas olahraga karena media massa sering kali memunculkan tentang aktivitas olahraga dalam berbagai cabang olahraga, baik di dalam negeri maupun luar negeri, dengan kehadiran media massa ini dapat membantu meningkatkan minat bermain basket pada siswa.

2.1.1.2 Olahraga

2.1.1.2.1 Pengertian Olahraga

Dalam kehidupan sehari-hari secara sadar orang pasti selalu bergerak baik statis maupun dinamis, dengan bergerak orang bisa menyalurkan apa yang ingin dilakukannya. Menurut Giriwijoyo (2012) “Olahraga adalah serangkaian gerak gaya yang teratur dan terencana untuk memelihara hidup, meningkatkan kualitas hidup dan mencapai tingkat kemampuan jasmani yang sesuai dengan tujuan”. Dan menurut Palar et al., (2015) “Olahraga ialah segala gerak badan yang dilakukan dengan teknik tertentu untuk membentuk tubuh dengan intensitas, batas waktu dan tujuan tertentu”. Dari pemaparan dari beberapa pakar penulis dapat menarik kesimpulan, olahraga adalah serangkaian gerak yang dilakukan secara sadar dan sistematis dengan batas waktu tertentu untuk meningkatkan kualitas hidup dan mencapai kemampuan jasmani yang diinginkan.

2.1.1.2.2 Manfaat Olahraga

Adapun manfaat olahraga menurut Rentrom & Roux (1988) yang dikutip dalam Giriwijoyo (2012) adalah sebagai berikut:

“Olahraga adalah serangkaian gerak yang teratur dan terencana untuk memelihara gerak (yang berarti mempertahankan hidup) dan meningkatkan kemampuan gerak (yang berarti meningkatkan kualitas hidup). Seperti halnya makan, gerak (olahraga) merupakan kebutuhan hidup yang sifatnya terus-menerus; artinya olahraga sebagai alat untuk memelihara dan membina kesehatan, tidak dapat ditinggalkan. Olahraga merupakan alat untuk merangsang perkembangan fungsional jasmani, rohani dan sosial. Struktur anatomis-anthropometris dan fungsi fisiologisnya, stabilitas emosional dan kecerdasan intelektualnya, maupun kemampuannya bersosialisasi dengan lingkungan nyata lebih unggul, khususnya pada generasi muda yang aktif mengikuti kegiatan olahraga daripada yang tidak aktif mengikutinya”.

2.1.1.2.3 Jenis Olahraga

Menurut Mahariesti (2010) terdapat berbagai jenis olahraga yang dapat dilakukan diantaranya yakni:

1) Bola Basket

Bola Basket dimainkan secara berkelompok. Tiap kelompok beranggotakan lima orang. Tujuan olahraga bola basket yaitu mencetak skor dengan cara melempar bola ke dalam “keranjang” lawan. Para pemain melempar dan memantulkan bola ke lantai, tetapi tidak boleh menendang atau membawa bola sambil berlari.

2) Sepakbola

Sepakbola merupakan salah satu olahraga yang sudah dikenal secara luas di seluruh dunia. Sepakbola mempunyai banyak peminat, dari anak-anak sampai dewasa, dari laki-laki sampai perempuan. Peraturan sepakbola cukup sederhana sehingga siapa saja yang memainkan bisa bermain dengan riang dan gembira. Olahraga itu juga bisa di modifikasi asal semua pemain setuju. Misalnya ukuran lapangan bisa diperkecil, ukuran bola juga bisa disesuaikan dengan umur pemain, anak-anak atau dewasa.

Olahraga sepakbola dimainkan oleh dua tim. Tiap tim terdiri dari sebelas pemain. Tim sepakbola juga sering disebut tim kesebelasan. Para pemain tidak diperkenankan menyentuh bola dengan tangan selama pertandingan berlangsung. Tentunya aturan itu tidak berlaku untuk penjaga gawang.

3) Bola Voli

Olahraga bola voli diciptakan pada 1895 oleh William G. Morgan. Beliau adalah mahasiswa di Universitas Springfield dan direktur dari *Young Mens Cristian Assosiation* (YMCA) di Holyoke, Massachusetts. Pada awalnya olahraga bola voli dinamai *Mintonette*. Bola voli dengan cepat menyebar keseluruh dunia. Setahun setelah diciptakan, nama *Mintonette* kemudian diganti menjadi bola voli. Kemudian

pada 1946 dibentuk *Federation International de Volleyball* (FIVB). Baru pada 1964 olahraga bola voli diperkenalkan pada ajang Olimpiade.

Bola voli dimainkan oleh dua tim. Tiap pemain terdiri atas enam orang pemain. Tiap pemain memiliki tugas yang berbeda-beda yaitu penyerang (*spiker*), penumpang serangan (*tosser*), *libero dan blocker*. Olahraga bola voli dimainkan dalam 5 babak. Empat babak pertama dimainkan hingga 25 poin. Pada babak kelima poin tertingginya adalah 15. Pertandingan diawali dengan servis. Servis harus melewati net dan memasuki daerah lawan. Jika berhasil tim yang melakukan servis akan mendapatkan nilai. Satu tim wajib memenangkan satu babak dengan dua poin. Dalam setiap babak tersebut tidak ada batasan waktu. Jadi permainan akan terus berjalan hingga salah satu tim berhasil meraih dua poin terlebih dahulu.

4) Bulu Tangkis

Bulu tangkis juga dikenal dengan nama badminton. Olahraga ini dimainkan oleh dua orang atau empat orang. Badminton dimainkan dengan memukul bola (kok) ke daerah lawan dengan melewati net. Lawan, kemudian mencoba untuk mengembalikan bola tersebut.

Olahraga bulu tangkis dimulai dengan melakukan servis ke daerah lawan. Kemudian, pihak lawan berusaha mengembalikan kok tersebut. Permainan itu dianggap gagal jika:

- a) Kok tidak dapat dikembalikan
- b) Kok jatuh diluar area permainan
- c) Kok tidak berhasil melewati net
- d) Kok dipukul dua kali oleh pemain atau pasangannya
- e) Raket pemain menyentuh net

5) Renang

Renang merupakan olahraga yang menyehatkan tubuh karena hampir semua otot tubuh dipakai saat kita berenang. Berenang memerlukan peralatan khusus . misalnya baju renang, kaca mata renang, dan penutup kepala. Terdapat beberapa gaya renang diantaranya:

a) Berenang gaya bebas

Gaya bebas merupakan gaya berenang dengan posisi dada dan wajah menghadap ke permukaan air. Kedua belah tangan secara bergantian diayunkan jauh ke depan. Sementara itu, kedua kaki digerakan naik turun secara bergantian. Perenang gaya bebas mengambil nafas saat lengan bergerak ke luar dari air, tubuh miring dan kepala berpaling ke samping.

b) Berenang gaya dada

Pengambilan nafas dilakukan dengan menggerakkan lengan ke luar dari air, memiringkan tubuh dan kepala ke samping. Gaya dada merupakan gaya berenang dengan posisi dada menghadap ke permukaan air. Gaya dada juga dikenal dengan sebutan gaya katak. Gerakan kaki pada gaya dada yaitu lutut ditekuk, kemudian diluruskan kembali dengan posisi kedua kaki terbuka. Setelah itu kaki dirapatkan kembali. Gerakan tangan pada gaya dada yaitu kedua tangan diluruskan diatas kepala dalam keadaan saling bertemu dan menempel. Kemudian tangan ditarik kesamping tubuh selebar bahu dan ke bawah tubuh. Setelah itu, tangan diluruskan kembali.

c) Berenang gaya punggung

Gaya punggung merupakan gaya berenang dengan posisi wajah dan punggung menghadap ke atas. Gerakan kaki dan tangan gaya punggung mirip dengan gaya bebas, hanya saja tubuh kita terlentang dipermukaan air. Saat melakukan gaya punggung, kedua kaki digerakan naik dan turun secara bergantian. Sementara diayunkan dari atas kepala ke belakang , menuju pinggang.

d) Berenang gaya kupu-kupu

Gaya kupu-kupu yaitu berenang dengan dada menghadap ke permukaan air. Kedua lengan ditekan ke bawah secara bersamaan. Kemudian, digerakan ke arah luar sebelum diayunkan ke depan. Sementara itu, kedua kaki secara bersamaan ditendang ke bawah dan ke atas.

6) Atletik

Atletik adalah gabungan dari beberapa macam olahraga yang terdiri atas lari, jalan , lempar, dan lompat. Perlombaan atletik dinamakan *track and field* atau lintasan dan lapangan. Seluruh lapangan ini dilakukan di lapangan khusus. Lintasan dan lapangan atletik ada dua, yaitu di dalam ruangan (*indoor*) atau di luar lapangan (*outdoor*). Lintasan di dalam ruangan biasa digunakan di Negara-negara yang mengalami musim dingin panjang.

7) Futsal

Menurut R (2014) futsal adalah permainan bola yang dimainkan oleh dua regu dengan satu regunya sebanyak 5 orang. Tujuan permainan ini, sama dengan permainan sepakbola, yaitu memasukan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan. Lapangan futsal dibatasi garis. Setiap regu dalam futsal memiliki 5 orang pemain dan pemain cadangan. Istilah futsal pada dasarnya berasal dari spanyol dan portugis. Sepakbola (*football*) dikenal sebagai futbol. Dalam istilah yang sama, kemudian dinamai futsal. Sal di sini memiliki arti ruangan yang diambil dari bahasa prancis (*salon*) atau juga spanyol (*sala*) (hlm 2).

8) Bersepeda

Sepeda adalah kendaraan beroda dua atau tiga mempunyai setang, tempat duduk, dan sepasang pengayuh yang digerakan kaki untuk menjalankannya. Sepeda sendiri diciptakan sekitar tahun 1817 dimana tujuannya adalah untuk alat transportasi bagi manusia. Bentuk dari sepeda tersebut awalnya roda depannya

berbentuk lebih besar dari pada roda belakang. Menurut Sumarsono (2019) sepeda mempunyai banyak nama dan model. Pengelompokan biasanya berdasarkan fungsi dan ukurannya (hlm 10):

a) Sepeda gunung

Digunakan untuk lintasan *off-road* dengan rangka yang kuat, memiliki suspense, dan kombinasi kecepatan sampai 27.

b) Sepeda jalan raya

Digunakan untuk balad jalan raya, bobot keseluruhan yang ringan, ban halus untuk mengurangi gesekan dengan jalan, kombinasi kecepatan sampai 27.

c) Sepeda BMX (*bicycle moto-cross*)

Banyak digunakan untuk aktraksi.

d) Sepeda kota (*citybike*)

Sepeda yang biasa dipakai diperkotaan dengan kondisi jalan yang baik.

e) Sepeda mini

Termasuk dalam kelompok ini adalah sepeda anak-anak, baik beroda dua maupun beroda tiga.

f) Sepeda angkut/ sepeda klasik

Termasuk dalam kelompok ini adalah sepeda kumbang, sepeda pos, sepeda ontel yang memiliki besi kuat dan diameter roda yang besar maupun untuk keperluan berboncengan dan membawa barang.

g) Sepeda lipat

Merupakan jenis sepeda yang bisa dilipat dalam hitungan detik sehingga bisa dibawa ke mana-mana dengan mudah.

h) Sepeda balap

Sepeda yang model handlernya setengah lingkaran dan digunakan untuk balapan.

i) Sepeda motor

Bertenaga mesin dengan menggunakan bahan bakar berjenis bensin sebagai sumber daya utamanya.

2.1.1.3 Pandemi Covid-19

2.1.1.3.1 Sejarah Covid-19

Pada saat ini dunia sedang terpapar oleh virus corona yang mengagetkan semua lapisan masyarakat. Menurut Taufik A. Gani (2020) Covid-19 adalah pandemik yang berasal dari Wuhan Cina dan menyebar cepat secara global. Indonesia memperkirakan bahwa wabah ini dimulai pada awal maret 2020 dan hanya dalam waktu kurang dari sebulan virus telah menginfeksi 1.285 pasien dan 114 kematian di Indonesia pada 30 maret 2020, serta sampai tanggal 28 maret 2020, ada sekitar 61 tenaga kesehatan yang tertular Covid-19. Tenaga kesehatan meliputi dokter, perawat, maupun tenaga kesehatan lainnya, berperan dalam merawat pasien yang tertular dan menjadi garda terdepan dalam penanganan Virus Corona.

2.1.1.3.2 Gejala Covid-19

Virus corona memiliki ciri tersendiri dalam mengetahui seseorang terkena penyakit gangguan pernapasan ini. Menurut Suharyanto (2020) covid-19 menginfeksi saluran pernapasan bawah, gejalanya yang dirasakan diantaranya:

1) Demam tinggi

- 2) Batuk
- 3) Bersin
- 4) Pilek
- 5) Sakit tenggorokan
- 6) Sakit kepala
- 7) Sesak nafas
- 8) Nyeri otot
- 9) Mual dan muntah
- 10) Diare

2.1.1.3.3 Pencegahan Terhadap Covid-19

Virus corona telah tersebar dimana-mana maka dari itu perlu pencegahan agar bisa terhindar dari virus ini. Menurut Suharyanto (2020) ada lima langkah untuk mencegah penyebaran virus corona, diantaranya:

- 1) Selalu jaga kebersihan tangan
- 2) Saat bersin tutup hidung dan mulut dengan sapu tangan atau masker
- 3) Jaga jarak dengan yang sakit, hindari menyentuh mata, hidung atau mulut
- 4) Kurangi bepergian jika merasa tidak sehat
- 5) Makan yang bergizi dan istirahat yang cukup
- 6) Isolasi diri

Isolasi diri dilakukan dengan memantau kondisi kesehatan diri sendiri dengan menghindari kemungkinan penularan dengan orang-orang sekitar termasuk

keluarga, melaporkan kepada fasyankes terdekat kondisi kesehatannya, yang dilakukan saat isolasi mandiri yakni:

- a) Tinggal di rumah dan tidak boleh berinteraksi dengan masyarakat
- b) Menggunakan kamar terpisah dari anggota keluarga lain
- c) Jika memungkinkan jaga jarak setidaknya 1 meter dari anggota keluarga lain
- d) Menggunakan masker selama isolasi diri
- e) Melakukan pengukuran suhu harian dan observasi gejala klinis
- f) Hindari pemakaian bersama peralatan makan, peralatan mandi dan linen/sprei
- g) Terapkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS)
- h) Berada di ruang terbuka dan berjemur di bawah sinar matahari setiap pagi
- i) Jaga kebersihan dengan cairan disinfektan
- j) Hubungi segera fasyankes jika mengalami perburukan gejala untuk perawatan lebih lanjut.

2.2 Hasil Penelitian yang Relevan

2.2.1 Skripsi dari Faisal Kusuma Hadi dari Universitas Muhammadiyah Jember yang berjudul Aktivitas Olahraga Bersepeda Masyarakat di Kabupaten Malang Pada Masa Pandemi Covid-19.

2.2.2 Skripsi dari Joni Arta Santosa dari Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Pendidikan Ganesha yang berjudul Motivasi Peserta Didik Kelas IX SMP Negeri 4 Sukasada dalam Mengikuti Pembelajaran PJOK Dimasa Pandemi Covid-19 Tahun Ajaran 2020/2021.

2.2.3 Skripsi dari Lesi Amiiroh dari Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Jurusan Pendidikan Anak Usia Dini dan Dasar Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Jambi yang berjudul Persepsi Siswa Terhadap Penggunaan Media Sosial Whatsapp Pada Pembelajaran Secara Daring di Masa Pandemi Covid-19.

2.3 Kerangka Konseptual

Minat merupakan rasa suka terhadap benda atau objek yang dapat menarik perhatian untuk melakukan aktivitas yang akan dilakukan tanpa ada yang menyuruh. Di era pandemi covid-19 semua kegiatan dibatasi oleh kebijakan pemerintah, salah satunya yakni kegiatan di sekolah untuk mencegah terjadinya penularan pandemi covid-19, akan tetapi disisi lain ada yang tetap melakukan kegiatan sehari-hari seperti biasanya, contohnya seperti melakukan kegiatan olahraga yang dilakukan di luar lingkungannya masing-masing. Karena kegiatan olahraga sangat bermanfaat bagi kesehatan tubuh untuk saat ini bahkan untuk masa yang akan datang.

Olahraga merupakan serangkaian gerak yang dilakukan secara sadar dan sistematis dengan batas waktu tertentu untuk meningkatkan kualitas hidup dan mencapai kemampuan jasmani yang diinginkan. Apabila tubuh terus diolah atau di gerakan secara berkelanjutan, maka akan berdampak positif bagi tubuh. Pada masa pandemi ini kegiatan olahraga pada siswa SMP Negeri 1 Cisayong belum tergambarkan seberapa besar siswa yang berminat dalam melakukan kegiatan olahraga di era pandemi covid-19 ini dan olahraga apa yang dilakukan oleh siswa tersebut.

2.4 Hipotesis Penelitian

Menurut Sugiyono (2018) Mengemukakan bahwa “Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, oleh karena itu rumusan masalah penelitian biasanya disusun dalam bentuk kalimat pertanyaan”(hlm 99).

Berdasarkan pernyataan tersebut dapat diketahui bahwa hipotesis merupakan jawaban sementara karena berdasarkan teori yang relevan, dan bukan didasarkan pada fakta yang sebenarnya karena belum dilakukan pengumpulan data.

Terdapat beberapa bentuk hipotesis penelitian yang berkaitan dengan rumusan masalah. Menurut Sugiyono (2018) “Dilihat dari tingkat eksplanasinya, maka bentuk rumusan masalah penelitian ada tiga yaitu: rumusan masalah deskriptif (variabel mandiri), komparatif (perbandingan) dan asosiatif (hubungan)” (hlm 102). Berdasarkan kajian teori dan kerangka berpikir, maka hipotesis yang dapat diajukan dalam penelitian ini adalah hipotesis deskriptif yaitu “Minat siswa dalam kegiatan olahraga di era pandemi covid-19 berkategori tinggi.