

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses banyak juga anak yang pergi ke sekolah dengan menggunakan alat pembelajaran agar terdapat peserta didik yang aktif mengembangkan potens pribadinya untuk memiliki sikap yang baik, pengendalian diri, kecerdasan, keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan Negara.

Pendidikan menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) adalah “proses perubahan sikap dan tata laku seseorang atau sekelompok orang dalam usaha mendewasakan manusia melalui upaya pengajaran dan pelatihan”. Bahwa dengan pendidikan bisa mengubah seseorang menjadi prilaku yang baik dari yang tidak tahu menjadi tahu dan dari yang tidak bisa menjadi bisa tanpa kita sadari.

Dalam pelaksanaan proses pendidikan di sekolah ada berbagai macam kegiatan pokok yaitu kegiatan ekstrakurikuler, kokurikuler, dan intrakurikuler. Kokurikuler yakni semua kegiatan yang dilakukan oleh siswa di sekolah baik itu akademik maupun non akademik. Kemudian intrakurikuler merupakan kegiatan pembentukan karakter siswa yang sesuai dengan kurikulum sekolah. (Narmoatmojo, dalam Firmansyah A, A. 2021. hlm. 416). Ekstrakurikuler adalah salah satu kegiatan atau aktivitas tambahan yang dilakukan di luar jam pelajaran yang dilakukan baik di sekolah atau di luar sekolah itu dengan tujuan untuk bisa mendapatkan tambahan pengetahuan, keterampilan serta wawasan dan juga membantu di dalam membentuk karakter peserta didik itu sesuai dengan minat serta bakat tiap-tiap individu. Menurut Surat Keputusan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan No. 060/U/1993 dan Nomor 080/U/1993, kegiatan atau aktivitas ekstrakurikuler merupakan kegiatan atau aktivitas yang diselenggarakan di luar jam pelajaran yang tercantum di dalam susunan program sesuai dengan keadaan serta kebutuhan sekolah, serta dirancang dengan secara khusus supaya sesuai dengan faktor minat serta bakat siswa. Jadi ekstrakurikuler adalah kegiatan yang dilakukan diluar jam pelajaran yang bertujuan untuk meningkat keterampilan dan mendukung

minat bakat siswa. Di setiap sekolah ada banyak kegiatan ekstrakurikuler yang dilakukan seperti basket, voli, sepakbola, taekwondo, tenis, takraw dan futsal. Pada masa sekarang ekstrakurikuler yang banyak diminati khususnya di Kota Tasikmalaya salah satunya futsal karena sarana dan prasarananya sudah cukup mendukung. Futsal merupakan cabang olahraga sepakbola yang menjadi perbedaan antara futsal dan sepakbola adalah dari jumlah pemain, luas lapangan dan gawang futsal lebih kecil dari gawang sepakbola.

Menurut Lhaksana (2012) Futsal dalam bahasa Spanyol adalah "*futbol sala*" yang berarti sepak bola dalam ruangan. Permainan futsal sama dengan sepak bola, namun yang membedakan dari kedua permainan ini adalah jumlah pemain, ukuran bola, ukuran lapangan dan ada beberapa teknik dasar juga yang berbeda. Salah satu kelebihan permainan futsal adalah dengan ukuran lapangan yang kecil sehingga tidak membutuhkan lahan yang sangat luas seperti lapangan sepak bola (hlm.5).

Untuk dapat bermain futsal dengan baik dibutuhkan kebugaran jasmani yang baik pula. Menurut Karhiwikata (dalam Alfarisi, 2014) kebugaran jasmani adalah kualitas hidup yang berupa kemampuan untuk melakukan pekerjaan sehari-hari dengan giat dan sigap, tanpa kelelahan yang berarti, serta masih memiliki energi untuk menikmati waktu senggang dan keadaan darurat yang tidak terduga (hlm.55). Pada saat pandemi kebugaran jasmani sangat dibutuhkan untuk meningkatkan sistem imun tubuh dan menjaga kesehatan tubuh agar tidak mudah tertular virus covid-19.

Menurut Trihandayani dan Abdillah (2019) menjelaskan bahwa:

COVID-19 di Indonesia dilaporkan pertama kali pada tanggal 02 Maret 2020 sejumlah dua kasus. Kasus penyebaran *COVID-19* di Indonesia sampai pada bulan Oktober 2020 terus mengalami peningkatan, tercatat kasus *COVID-19* per tanggal 1 Oktober 2020 sebanyak 291.182 orang. Kasus tertinggi terjadi di Jakarta dengan kasus 74.989 orang, disusul kemudian Jawa Barat sebanyak 22.764 kasus terkonfirmasi positif. *COVID-19* telah mengubah banyak kebiasaan yang telah berlangsung lama (hlm 7).

COVID-19 merupakan salah satu penyakit yang dapat menyerang siapa saja, tidak terkecuali atlet atau olahragawan. Sektor olahraga pun merasakan dampak dari penyebaran virus ini, dimana virus ini membuat semua *event* olahraga ditunda bahkan terpaksa dibatalkan dengan alasan keselamatan dan kesehatan.

Namun tidak bisa di pungkiri bahwa pada masa pandemi seperti saat ini atlet tidak bisa berlatih dengan maksimal. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah sebagai salah satu mata pelajaran mempunyai kedudukan yang tidak dapat diabaikan karena berfungsi untuk meningkatkan kebugaran jasmani dan kesehatan fisik yang sangat diperlukan untuk perkembangan anak sekolah terutama bagi anak sekeolah menengah pertama dan memerlukan kondisi fisik yang baik dalam melakukan berbagai aktifitas.

Kegiatan ekstrakurikuler di SMPN 10 Kota Tasikmalaya pada masa pandemi COVID-19 masih tetap berjalan salah satunya ekstrakurikuler futsal, futsal SMPN 10 Tasikmalaya ini melakukan latihan sebanyak 3x dalam seminggu yang dilakukan pada hari selasa, kamis dan sabtu dengan waktu 2 jam setiap latihan. Namun pada masa pandemi sekarang ini semua kegiatan di sekolah SMPN 10 Tasikmalaya dilakukan secara dalam jaringan (daring). Sehingga membuat kegiatan ekstrakurikuler futsal SMPN 10 Tasikmalaya juga harus dilakukan secara individu di rumah masing-masing. Kemudian penulis melakukan wawancara langsung dengan pelatih ekstrakurikuler futsal SMPN 10 Tasikmalaya terkait kondisi siswa ekstrakurikuler SMPN 10 Tasikmalaya. Pelatih mengatakan bahwa pada masa pandemi ini kondisi siswa ekstrakurikuler SMPN 10 Tasikmalaya tidak diketahui karena latihan yang tidak terkontrol langsung. Kebugaran jasmani sangat penting bagi anak usia sekolah karena dapat meningkatkan kemampuan organ tubuh dan pada saat pandemi COVID-19 kebugaran jasmani sangat dibutuhkan untuk meningkatkan sistem imun dan menjaga kesehatan tubuh agar tidak mudah tertular virus COVID-19.

Berdasarkan latar belakang di atas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan mengambil judul “Tingkat Kebugaran Jasmani Anggota Ekstrakurikuler Futsal SMPN 10 Kota Tasikmalaya pada masa Pandemi COVID-19”.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah serta identifikasi masalah sebagaimana penulis uraikan di atas maka rumusan masalah penelitian adalah “Bagaimanakah tingkat kebugaran jasmani anggota ekstrakurikuler futsal SMPN 10 Tasikmalaya pada masa pandemi COVID-19”.

1.3. Definisi Operasional

Untuk menghindari masalah penelitian terdapat istilah-istilah yang digunakan dalam penelitian skripsi ini, maka penulis memberikan definisi istilah terhadap kata yang digunakan. Adapun istilah yang dimaksud sebagai berikut:

1. Menurut Carsiwan (2016) kebugaran jasmani adalah kemampuan seseorang untuk menjalankan pekerjaan sehari-hari dengan ringan dan mudah tanpa merasakan kelelahan yang berarti dan masih mempunyai cadangan tenaga untuk melakukan kegiatan lain (hlm.60). kebugaran jasmani pada penelitian adalah untuk meneliti kebugaran jasmani anggota ekstrakurikuler futsal SMPN 10 Tasikmalaya.
2. Menurut Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 62 Tahun 2014 Ekstrakurikuler atau biasa disebut ekskul merupakan suatu kegiatan yang dilakukan diluar jam pelajaran baik didalam maupun diluar lingkungan sekolah dalam rangka memperluas pengetahuan, meningkatkan kemampuan, dan menginternalisasikan nilai-nilai atau aturan-aturan agama serta norma-norma sosial lokal, nasional maupun global untuk membentuk insan sepenuhnya. Ekstrakurikuler pada penelitian ini adalah ekstrakurikuler futsal SMPN 10 Tasikmalaya.
3. Menurut Lhaksana (2012) Futsal dalam bahasa Spanyol adalah “*futbol sala*” yang berarti sepak bola dalam ruangan. Permainan futsal sama dengan sepak bola, namun yang membedakan dari kedua permainan ini adalah jumlah pemain, ukuran bola, ukuran lapangan dan ada beberapa teknik dasar juga yang berbeda. Salah satu kelebihan permainan futsal adalah dengan ukuran lapangan yang kecil sehingga tidak membutuhkan lahan yang sangat luas seperti

lapangan sepak bola (hlm.5). pada penelitian adalah untuk meneliti kebugaran jasmani anggota ekstrakurikuler futsal SMPN 10 Tasikmalaya.

1.4. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang penulis uraikan di atas maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kebugaran jasmani anggota ekstrakurikuler futsal SMPN 10 Tasikmalaya pada masa pandemi COVID-19.

1.5. Kegunaan Penelitian

1. Secara teoritis hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna sebagai ilmu pengetahuan dan sebagai bahan informasi mengenai Tingkat Kebugaran Jasmani Ekstrakurikuler Futsal SMPN 10 Kota Tasikmalaya.
2. Secara praktis juga diharapkan bermanfaat sebagai masukan terhadap kepala pelatih, pelatih fisik, dan pelatih yang lainnya. Sehingga diharapkan bisa digunakan sebagai acuan untuk memperbaiki dan meningkatkan latihan khususnya Ekstrakurikuler Futsal SMPN 10 Kota Tasikmalaya.