

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Globalisasi merupakan suatu rangkaian proses perubahan sosial, ekonomi dan budaya dalam pola kehidupan manusia. Esensi dari globalisasi ini sendiri yaitu dengan adanya kemampuan bersaing atau bekerjasama akan dapat menyeimbangkan arus keluar masuk barang dan jasa serta kebudayaan termasuk Pendidikan.

Pendidikan merupakan hak setiap anak bangsa yang sudah tertera dalam Pembukaan Undang-Undang Dasar Negara Republik Indonesia Tahun 1945 pada Alinea ke-4 yaitu “Melindungi segenap bangsa dan seluruh tumpah darah Indonesia dan untuk memajukan kesejahteraan umum, mencerdaskan kehidupan bangsa, serta ikut melaksanakan ketertiban dunia yang berdasarkan kemerdekaan, perdamaian abadi, dan keadilan sosial”. Selain itu juga tertera pada Pasal 31 Ayat 1 Undang-Undang Dasar Negara Republik Indonesia Tahun 1945 yaitu “Setiap warga negara berhak mendapatkan Pendidikan”. Dalam pasal tersebut pemerintah seharusnya mengawasi seksama bagaimana proses perkembangan Pendidikan di Indonesia agar mengurangi hilangnya hak setiap warga negara untuk mendapatkan pendidikan (Putri, 2020, hlm. 12).

Secara sederhana, pendidikan jasmani itu tak lain adalah proses belajar untuk bergerak dan belajar melalui gerak. Oleh karena itu, selain belajar dan didik melalui gerak untuk mencapai tujuan pengajaran, dalam pendidikan jasmani itu anak diajarkan untuk bergerak Haris (2017, hlm.166). Aktivitas jasmani merupakan suatu bentuk usaha untuk menumbuhkan kondisi kesehatan tubuh selalu dalam kondisi prima. Kondisi yang demikian dapat tercipta manakala melakukan aktivitas olahraga dengan pelaksanaan yang tertib dan teratur. Kegiatan olahraga bagi setiap individu mempunyai tujuan yang berbeda. Pendidikan jasmani juga merupakan proses pembelajaran melalui kegiatan-kegiatan yang bermanfaat untuk meningkatkan kualitas seseorang dan melatih kemampuan psikomotorik agar mencapai tujuan yang diinginkan. Dalam pendidikan jasmani terdapat beberapa aspek termasuk kebugaran jasmani.

Menurut Widiastuti dalam Ma'arif & Prasetyo, (2021, hlm. 30) kebugaran jasmani adalah aspek fisik dari kebugaran jasmani secara keseluruhan dan memungkinkan untuk melakukan aktivitas lain tanpa menimbulkan kelelahan. Sedangkan menurut Wirnantika, Pratama dan Hanief (2017, hlm. 242), kegiatan kebugaran jasmani dapat dilakukan sehari-hari tanpa mengalami kelelahan yang berarti, sehingga masih ada tenaga untuk melakukan aktivitas lainnya. Kebugaran jasmani memiliki fungsi yang sangat kompleks dalam pembelajaran olahraga.

Melalui proses pendidikan setiap individu akan timbul sikap dan kesadaran akan meningkatkan kebugaran jasmani. Salah satu strategi peningkatan kebugaran jasmani dapat dimulai dari perilaku hidup aktif dan sehat. Beberapa daerah di Jawa Barat menjadi lokasi rintisan pengembangan model sekolah sehat, dengan salah satu programnya "Program Hidup Aktif dan Sehat" dimana sekolah- sekolah tersebut memberi contoh bagaimana melakukan aktivitas fisik yang baik dan pembelajaran hidup sehat.

Tetapi diakui secara luas bahwa aktivitas jasmani yang dilakukan anak serta remaja sangat terbatas, sebagai akibatnya tidak cukup memberikan kontribusi dan manfaat yang berarti terhadap kesehatan mereka. ini terjadi karena salah satu peralihan sistem pembelajaran di dunia pendidikan yang di akibatkan oleh adanya sebuah wabah virus covid-19 di tahun ke belakang. Virus ini pertama kali ditemukan pada akhir tahun 2019 dan berasal dari kota Wuhan, China.

Pembelajaran Pendidikan jasmani yang hanya dilakukan satu kali dalam satu minggu di Sekolah Dasar menjadi salah satu faktor penting yang mempengaruhi kebugaran peserta didik di tingkat Sekolah Dasar Kecamatan Gunungtanjung, karena pada saat jam pelajaran waktu sangat terbatas dan juga terjadi pemotongan waktu untuk mereka melakukan perjalanan pulang ke rumahnya masing masing, karena jarak antara rumah dari sekolah yang sangat jauh dan peserta didik diwajibkan mengikuti sekolah madrasah pada pukul 12.30 WIB. untuk hal itu pihak sekolah memberikan kelonggaran waktu 10 menit yang tentunya sedikit berpengaruh terhadap aktivitas gerak mereka ketika pembelajaran berlangsung.

Keputusan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 719/P/2020 tentang pedoman pelaksanaan kurikulum pada satuan pendidikan dalam kondisi khusus

menyatakan bahwa pelaksanaan pembelajaran dapat mengacu pada kurikulum nasional untuk PAUD, pendidikan dasar, dan pendidikan menengah yang berbentuk sekolah menengah atas dengan kompetensi inti dan kompetensi dasar yang disederhanakan untuk kondisi khusus yang ditetapkan oleh Kepala Badan Penelitian Pengembangan dan Perbukuan ini pula, masih berdampak terhadap peserta didik, gadget yang digunakan ketika pembelajaran darurat masih berdampak sampai saat ini. Pada saat melaksanakan observasi ke lapangan dan wawancara kepada salah satu orang tua peserta didik, gadget adalah salah satu barang elektronik yang menjadi daya tarik ketika pulang sekolah, mereka menyebutkan bahwa anak-anak cenderung lebih suka mencari jawaban untuk Pekerjaan Rumah (PR) di Internet dibanding melihat buku pembelajaran di berikan oleh gurunya, hal ini tidak menutup kemungkinan dalam aktivitas gerakannya, anak-anak pada saat pulang sekolah tidak melaksanakan aktivitas gerak bersama temannya dikarenakan aktivitas gadget yang sangat menarik.

Kebugaran Jasmani merupakan faktor penting untuk menunjang kesehatan dan prestasi mereka terutama dalam bidang Olahraga. Untuk hal itu, guru maupun pelatih harus mengetahui tingkat kebugaran jasmani setiap peserta didik melalui tes kebugaran yang bisa dilakukan setiap semester ataupun satu tahun sekali. Tes Kebugaran Jasmani adalah suatu baterai tes yang digunakan oleh seorang guru untuk menentukan tingkat kebugaran jasmani peserta didiknya di sekolah, biasanya pelatih menggunakan tes kebugaran jasmani Indonesia untuk melihat kebugaran jasmani siswanya.

Tujuan dilakukannya penelitian ini untuk mengetahui profil kebugaran jasmani tingkat Sekolah Dasar khususnya kelas V di Kecamatan Gunungtanjung. Dengan harapan mereka dapat terhindar dari segala penyakit, dapat meraih prestasi dan memiliki tubuh yang bugar. Dalam penelitian ini peneliti memilih siswa kelas V Tingkat Sekolah Dasar yang berada di Kecamatan Gunungtanjung, karena sekolah tersebut memiliki siswa yang latar belakangnya berbeda beda seperti halnya jarak rumah mereka yang disebabkan oleh perbatasan kecamatan ataupun desa, juga aktivitas fisik dan keseharian mereka. Sehingga peneliti sangat tertarik memilih sampel di sekolah yang berada jauh dari perkotaan.

Berdasarkan latar belakang di atas penulis merasa tertarik untuk mengetahui dan mengadakan penelitian pada siswa kelas V terhadap tingkat kebugaran jasmani yang berjudul “Profil Kebugaran Jasmani Tingkat SD di Kecamatan Gunungtanjung”

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana Tingkat Kebugaran Jasmani Sekolah Dasar di Kecamatan Gunungtanjung”?

1.3 Definisi Operasional

Definisi Operasional adalah penjelasan ciri-ciri konsep atau fokus penelitian yang dapat diukur dan rumusannya harus didasari oleh pengertian atau penjelasan agar menghindari perbedaan penafsiran antara maksud yang dituju antara penulis dan pembaca. Untuk mendapatkan data yang diperlukan, maka penulis memberikan penjelasan mengenai istilah yang digunakan dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Menurut (Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang sistem Pendidikan Nasional Pasal 37 ayat 1h). Pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran wajib yang dilaksanakan di jenjang pendidikan dasar dan menengah, yaitu mulai dari SD, SMP, hingga SMA/SMK. Adapun pendidikan jasmani diklasifikasikan menjadi tiga yakni domain psikomotor, kognitif, dan afektif (Buck, Jable, & Floyd, 2004, hlm. 54).
2. 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 berarti. (Pratiwi, 2016, hlm. 19).
3. Tingkat Kebugaran Jasmani dapat dilihat dari seseorang apakah bergerak secara baik atau kurang bergerak. Menurut Aprilianto & Fahrizqi, (2020, hlm. 3) Tingkat kebugaran jasmani yang maksimal bisa dilakukan dengan cara berkegiatan fisik dan olahraga secara baik, teratur dan berkesinambungan.
4. Survey menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) adalah “teknik riset yang memberi batas yang jelas atas data, penyelidikan dan peninjauan”. Yang

dimaksud survey dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui fakta data tentang profil kebugaran jasmani tingkat SD di Kecamatan Gunungtanjung.

1.4 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kebugaran jasmani Sekolah Dasar di Kecamatan Gunungtanjung.

1.5 Kegunaan Penelitian

Kegunaan atau manfaat dari penelitian yang dilakukan oleh penulis, dapat ditinjau baik secara teoritis, praktis, maupun secara empiris. Berikut ini masing-masing manfaat atau kegunaannya:

1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini dapat dijadikan sumbangan informasi dari keilmuan yang berarti bagi guru atau pelatih terhadap kondisi tingkat kebugaran jasmani pada siswa SDN 1, 2, 3 dan Lengkong.

2. Manfaat Praktis

Bagi peserta didik hasil penelitian ini memberikan wawasan tentang Tingkat Kebugaran untuk menunjang peningkatan kualitas diri

3. Bagi Guru, Pelatih dan sekolah

Penelitian ini dapat digunakan sebagai data dan upaya untuk melaksanakan evaluasi pentingnya menjaga Tingkat Kebugaran terutama kepada pelatih ataupun guru olahraga dalam menunjang fisik pelajar serta menunjang terhadap prestasi terutama dalam bidang Olahraga