

I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pada hakekatnya pendidikan merupakan usaha atau suatu kegiatan yang dijalankan dengan sengaja, teratur dan terencana dengan maksud untuk merubah dan mengembangkan perilaku yang sesuai dengan yang diinginkan. Secara pedagogis arah pendidikan itu sendiri terkait dengan pengembangan pendekatan dan metodologi proses pendidikan dan pembelajaran yang memanfaatkan berbagai sumber pembelajaran (multi learning resources), termasuk teknologi informasi dan komunikasi. Kehadiran teknologi informasi dan komunikasi dalam kehidupan telah mengubah paradigma seluas-luasnya kepada beragam media untuk kepentingan pendidikan yang dilaksanakan melalui kegiatan pembelajaran.

Dari proses pembelajaran tersebut berupaya mengubah masukan berupa siswa yang belum terdidik, menjadi siswa yang terdidik, siswa yang belum mengetahui pengetahuan sesuatu menjadi siswa yang memiliki pengetahuan. Demikian pula siswa yang memiliki sikap, kebiasaan atau tingkah laku yang belum mencerminkan eksistensi dirinya sebagai pribadi baik atau positif menjadi siswa yang memiliki sikap, kebiasaan dan tingkah laku yang baik. Pembelajaran yang efektif ditandai terjadinya proses belajar dalam diri siswa itu sendiri. Dikemukakan oleh Abdillah (2002), bahwa: “ belajar adalah suatu usaha sadar yang dilakukan oleh individu dalam perubahan tingkah laku baik melalui

pengetahuan dan pengalaman yang menyangkut aspek-aspek kognitif,afektif dan psikomotor untuk memperoleh tujuan tertentu”. Selanjutnya Gletder (1994:1) mengemukakan bahwa: “ kemampuan orang untuk belajar menjadi ciri penting yang membedakan jenisnya dari jenis-jenis makhluk lainnya”. Sehingga baik secara umum maupun sederhana belajar seringkali diartikan sebagai aktivitas untuk memperoleh pengetahuan dan ppengetahuan tersebut dipersepsikan diperoleh dari guru sedangkan perubahan perilaku terjadi melalui kegiatan sendiri.

Kepribadian merupakan kajian yang menarik untuk didiskusikan, karena persoalan ini tidak pernah lepas dari perjalanan hidup bagi kaum muda. Akan tetapi mengkaji persoalan kepribadian juga merupakan pekerjaan yang rumit, karena kepribadian adalah sesuatu yang superkompleks dan menarik karena bersifat dinamis. Kepribadian dapat didefinisikan sebagai pola-pola pikiran, perasaan dan perilaku yang sudah berurat-akar mendalam dan relatif menetap. Kepribadian biasanya merujuk pada apa yang unik pada diri seseorang, yaitu karakteristik yang membedakan satu orang dengan yang lain. Pikiran, emosi dan perilaku itu sendiri . Bukanlah kepribadian, yang lebih merupakan disposisi yang mendasari elemen-elemen ini. Pengetahuan tentang kepribadian seseorang adalah modal untuk memperkirakan bagaimana orang itu akan bertindak atau bereaksi pada keadaan yang berbeda-beda.

Para teoretikus menekankan aspek kepribadian yang berbeda-beda dan tidak setuju tentang susunan, pengembangan, dan manifestasinya dalam perilaku. Salah satu sistem teori yang paling berpengaruh adalah Teori Psikoanalisis dari Sigmund Freud dan pengikut-pengikutnya. Freud percaya bahwa proses bawah

sadar menuntun sebagian besar perilaku seseorang. Walaupun tak disadari, impuls dan dorongan itu senantiasa berusaha menampilkan diri. Teori kepribadian lain yang berpengaruh berasal dari Behaviorisme. Pandangan itu, yang diwakili oleh beberapa pemikir seperti psikology Amerika B.F. Skinner, mementingkan pembelajaran. Skinner melihat bahwa perilaku manusia sebagian besar ditentukan oleh konsekuensi dari perilaku itu. Jika sebuah perilaku diberi hadiah, perilaku itu akan diulang, jika dihukum, kecil kemungkinan perilaku itu akan diulang.

Pendidikan jasmani dan kesehatan merupakan bagian yang integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan. proses pendidikan jasmani wajib diikuti oleh semua siswa dari tingkat Taman Kanak-kanak sampai dengan tingkat Sekolah Menengah Umum (SMU). Pendidikan jasmani dituangkan dalam bentuk aktivitas fisik baik itu permainan maupun olahraga. Tujuan ideal dari program jasmani itu bersifat menyeluruh, sebab bukan mencakup aspek fisik saja tetapi meliputi aspek lainnya termasuk aspek intelektual, emosional, sosial dan moral. Sesuai dengan penyempurnaan/ penyesuaian kurikulum 1994 (suplemen GBPP) SD/MI 1999 menyatakan bahwa :“pendidikan jasmani dan kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan keseluruhan, yang dalam proses pembelajarannya mengutamakan aktivitas jasmani guna mendorong kebiasaan hidup sehat menuju pada pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental sosial , dan emosional yang serasi, selaras, dan seimbang.”

Melalui pendidikan jasmani diharapkan dapat meningkatkan kebugaran siswa. Lutan (2001:23) mengemukakan pendapatnya bahwa “ Perkembangan kebugaran jasmani merupakan tujuan penting program penjas di sekolah dasar”.

Tingginya kebugaran jasmani pada usia ini sangat mendukung dalam pertumbuhan dan perkembangan hidupnya dimasa yang akan datang, dengan demikian kebugaran jasmani haruslah dibina dan dipelihara karena siswa akan dapat melakukan kegiatan belajar dengan baik dan tidak akan mengalami kelelahan yang berarti yang diakibatkan oleh aktivitas belajar tersebut.

Mengenai aktivitas kebugaran jasmani Giriwijoyo (2007:48) mengemukakan bahwa:“ Keadaan kemampuan jasmani yang dapat menyesuaikan fungsi alat-alat tubuhnya terhadap tugas jasmani tertentu dan/terhadap keadaan lingkungan yang harus diatasi dengan cara yang efisien, tanpa kelelahan yang berlebihan dan telah pulih sempurna sebelum datang tugas yang sama pada esok harinya”.

Kebugaran jasmani sangat penting bagi siswa sekolah dasar, karena siswa yang memiliki tingkat kebugaran jasmani tinggi akan dapat melakukan aktivitas belajar dan bermainnya dengan baik dan tanpa kelelahan yang berarti, serta tubuhnya tetap segar ketika berhenti beraktivitas pada saat istirahat. Sebaliknya tingkat kebugaran yang rendah akan menjadi kendala pada aktivitasnya sehari-hari oleh karena kondisi jasmani yang tidak dapat memenuhi semua kebutuhan dalam melakukan aktivitas tersebut. Tidak terjadinya kelelahan pada siswa dalam melakukan pekerjaannya dan tetap segarnya kondisi tubuh setelah beraktivitas, memungkinkan mereka secara wajar melaksanakan kegiatan-kegiatan dalam kehidupan sehari-hari. Dengan demikian mereka dapat menikmati kehidupan dalam arti luas.

Namun demikian permasalahan yang terjadi terkait dengan kebugaran siswa saat ini masih sangat memprihatinkan. Hal itu terlihat dengan banyaknya anak yang sering terkena berbagai penyakit, seperti penyakit pernafasan, pencernaan,

ataupun penyakit kurang gerak atau menurunnya daya tahan tubuh, begitupun dengan budaya ber jalan kaki sudah jarang tampak dalam kehidupan sehari-hari karena lebih banyak menggunakan kendaraan umum maupun pribadi. Bukan hanya itu siswa terbiasa melakukan berbagai kegiatan dengan bantuan alat-alat yang serba praktis, sehingga siswa menjadi mudah lelah ketika melakukan kegiatan fisik yang bersifat aktif.

Untuk itu, perlu diterapkan sejak di sekolah dasar atau usia dini dalam proses belajar mengajar khususnya pendidikan jasmani agar siswa memiliki kepribadian yang baik dengan mengajarkan bagaimana cara menerapkan perilaku hidup sehat, mensosialisasikan dan merealisasikan jenis kegiatan olahraga apa yang cocok untuk siswa guna mempertahankan atau meningkatkan kebugaran jasmani siswa. Jika kepribadian ini telah terbentuk dalam diri siswa maka diharapkan akan terbentuk pula kebugaran jasmani siswa tersebut. Oleh sebab itu penelitian ini dilakukan untuk melihat “Hubungan Kepribadian dengan Tingkat Kebugaran Jasmani Pada Siswa Kelas V SDN 02 Poncowarno“.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah penulis kemukakan dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Siswa SD Negeri 2 Poncowarno Lampung Tengah memiliki tingkat kebugaran jasmani rendah sehingga sebagian siswa kurang semangat dalam melakukan kegiatan belajar.
2. Kepribadian siswa/siswi SDN 2 Poncowarno.

3. Belum diketahuinya hubungan kepribadiandengan tingkat kebugaran jasmani siswa/siswi SDN 2 Poncowarno.

C. Batasan Masalah

Bedasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah di atas, maka untuk lebih efektif penulis membatasi masalah dengan mengkaji apakah terdapat hubungan kepribadian dengan tingkat kebugaran jasmani siswa SDN 02 Poncowarno.

D. Rumusan Masalah

Sesuai latar belakang, identifikasi masalah dan pembatasan masalah di atas, maka masalah penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Bagaimana kepribadian siswa di SDN 02 Poncowarno?
2. Bagaimana tingkat kebugaran jasmani siswa SDN 02 Poncowarno?
3. Bagaimana hubungan antara kepribadiian dengan tingkat kebugaran jasmani pada siswa SDN 02 Poncowarno?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui “Adakah Hubungan antara Kepribadian dengan Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa SDN 02 Poncowarno”.

F. Manfaat Penelitian

Dengan penelitian ini penulis berharap antara lain :

1. Bagi siswa

Sebagai tolak ukur tingkat kebugaran jasmani bagi siswa dan kepribadiannya.

2. Sekolah

Sebagai bahan masukan bagi pembina sekolah mengenai pentingnya kebugaran jasmani bagi siswa dalam kegiatan belajar yang dilakukan di sekolah.

3. Bagi Peneliti

Sebagai salah satu hasil karya akhir dalam menyelesaikan studi strata satu (S1).

4. Bagi Program Studi

Dapat memberikan informasi dan pengembangan ilmu bagi pihak yang ingin melaksanakan penelitian. Selain itu juga memberikan sumbangan pemikiran untuk kemajuan program studi pendidikan jasmani dan kesehatan.

G. Ruang lingkup Penelitian

Adapun rang lingkup penelitian ini adalah:

1. Tempat penelitian dilaksanakan di SD Negeri 2 Poncowarno
2. Obyek penelitian yang diamati adalah Hubungan Kepribadian Terhadap Tingkat Kebugaran Jasmani pada Siswa/Siswi SD N 2 Poncowarno
3. Subyek penelitian yang diamati adalah siswa/siswi kelas V SDN 2 Poncowarno, dengan jumlah 33 siswa yang terdiri dari 27 putra dan 9 putri.