BAB I
PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Pendidikan jasmani adalah fase dari program pendidikan keseluruhan yang memberikan kontribusi, terutama melalui pengalaman gerak, untuk pertumbuhan dan perkembangan secara utuh untuk tiap anak. Pendidikan jasmani didefinisikan sebagai pendidikan dan melalui gerak dan harus dilaksanakan dengan cara-cara yang tepat agar memiliki makna bagi anak. Pendidikan jasmani merupakan program pembelajaran yang memberikan perhatian yang proporsional dan memadai pada domain-domain pembelajaran, yaitu psikomotor, kognitif, dan afektif. Melalui pendidikan jasmani, siswa disosialisasikan kedalam aktivitas jasmani termasuk keterampilan berolahraga. Namun demikian pelaksanaan pendidikan jasmani di Indonesia terasa masih belum cukup memuaskan apa bila dibandingkan dengan mata pelajaran yang lain atau dibandingkan dengan perannya sebagai bagian dari pendidikan secara umum. Belajar merupakan suatu usaha yang dilakukan oleh individu untuk mengadakan perubahan dalam dirinya secara keseluruhan, baik pengetahuan, ketrampilan maupun interaksi dengan lingkungan. Oleh karena itu keberhasilan belajar bukan hanya tergantung kepada kecemerlangan otak, tetapi sikap kebiasaan dan pengetahuan awal diduga juga mempunyai andil yang cukup

besar dalam menentukan keberhasilan siswa, begitu juga dengan minat siswa itu sendiri, karena dengan adanya minat seseorang dalam melakukan suatu kegiatan akan menjalankannya dengan penuh semangat untuk mencapai tujuannya dan akhir kegiatan dia akan merasakan manfaat akan apa yang sudah dilakukan.

Pelajaran penjas merupakan salah satu mata pelajaran dari sekolah yang mulai diajarkan pada sekolah dasar sampai sekolah menengah umum bahkan sampai ke perguruan tinggi. Disekolah dasar pelajaran penjas belum diajarkan secara khusus, tetapi secara tidak langsung mereka telah mengenal dan mempelajari ilmu penjas. Bagi siswa sekolah menengah umum mungkin pelajaran penjas sudah tidak asing lagi karena mereka telah memperoleh pengetahuan dasar tentang pelajaran penjas dengan baik, maka tidak sedikit diantara mereka yang merasakan bahwa pelajaran penjas sulit dipahami, sehingga dengan demikian siswa mau melakukan dan mempelajari pelajaran penjas.

Dengan berdasarkan pemikiran di atas maka prestasi belajar penjas perlu adanya penataan dari berbagai segi antara lain dalam kaitannya dengan pengetahuan dasar siswa, cara belajar siswa dan juga kesiapan yang bersangkutan sebelum mengikuti suatu pelajaran. Dunia pendidikan tidak akan berkembang tanpa memperbaiki proses belajar mengajar yang mampu mengembangkan tanpa memperbaiki proses belajar mengajar yang mampu mengembangkan daya kreativitas dan aktivitas siswa, sehingga memperoleh hasil yang maksimal. Menciptakan kegiatan belajar mengajar yang mampu mengembangkan aktivitas dan hasil belajar yang maksimal merupakan

sebagian tugas pengajar. Tetapi salah satu faktor yang dapat mempengaruhi rendahnya mutu pendidikan siswa adalah minat belajar siswa. Minat belajar merupakan masalah anak didik yang diterima baik disekolah maupun dirumah. Minat juga merupakan keadaan psikologis yang dapat mempengaruhi proses belajar dan hasil belajar siswa. Kalau seseorang mempelajari sesuatu dengan penuh minat, maka diharapkan hasilnya akan lebih baik. Sebaliknya bila tidak berminat jangan diharapkan akan berhasil baik dalam mempelajari hal tersebut Tim Pengembangan MKDK IKIP Semarang (2010:150).

Minat belajar pendidikan jasmani dan aktivitas pagi hari sangat erat dengan tingkat kebugaran tubuh siswa. Jika minat belajar penjas dan melakukan aktifitas di pagi hari otomatis tingkat kebugaran tubuh juga baik dan akan berpengruh. Namun permasalahan yang dihadapi pada umumnya kurangnya pemahaman siswa tentang maksud dan tujuan pendidikan jasmani sehingga proses pembelajaran belum semua antusias untuk beraktivitas jasmani. Selain itu permasalahan sering muncul adalah kurangnya pemahaman siswa tentang pentingnya tubuh bugar dan sehat, padahal jika siswa bersungguh-sungguh dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani maka siswa akan memperoleh prestasi dan hasil belajar pendidikan jasmani yang baik di sekolah. Maka dari itu perlunya meningkatkan minat belajar mata pelajaran penjas dan aktivitas olahraga untuk meningkatkan kebugaran jasmani siswa.

Dengan demikian, selama ini kabanyakan siswa mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani hanya untuk memenuhi absen dan mendapatkan nilai saja sesuai dengan tuntutan kurikulum sekolah. Padahal jika siswa memiliki

kesadaran tinggi bahwa dengan mengikuti pendidikan jasmani yang teratur dan tearah maka tingkat kebugaran jasmani dan kesehatannya akan jauh lebih baik dibandingkan siswa yang tidak mengikuti aktivitas gerak dalam pendidkan jasmani. berdasarkan masalah yang di ugkapakan di atas, dapat dilihat bahwa minat belajar siswa dalam mengikuti pembelajaran penjas sangat diperlukan dalam proses pembelajaran, karena dengan minat belajar yang kurang, siswa akan merasa malas dalam mengikuti proses pembelajaran. Padahal pendidikan jasmani menekankan partisipasi aktif dalam pembelajaran penjas agar supaya tingkat kebugaran jasmani siswa dapat terjaga. Maka dari pada itu peneliti disini tertarik untuk melakukan penelitian secara lagsung dengan judul hubungan minat belajar dan aktifitas pagi hari terhadap tingkat kebugaran jasmani siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Sukoharjo Pringsewu.

1.2. Identifikasi Masalah

1. Pendidikan jasmani yang dilakukan di sekolah masih belum ideal berdasarkan pelaksanaannya. Hal tersebut terlihat dari banyaknya siswa yang tidak semangat dan enggan melakukan pelajaran Pendidikan Jasmani.
2. Kesadaran siswa akan pentingnya pendidikan jasmani masih tergolong rendah. Hal tersebut dilihat dari minat siswa dalam mengikuti kegiatan pendidikan jasmani.
3. Banyak siswa yang cepat lelah saat pembelajaran pendidikan jasmani berlangsung.

1.3. Batasan Masalah

Bidang kajian yang dibahas dalam penelitian ini adalah bagaimana hubungan minat belajar penjas dan aktifitas pagi hari dengan tingkat kebugaran jasmani siswa kelas VIII SMP N 1 Sukoharjo Pringsewu. Agar substansi penelitian ini tidak melebar dan langkah-langkah pemecahan masalah dapat dilakukan dengan tepat, perlu adanya batasan ruang lingkup masalah penelitian. Adapun batasan masalah dalam penelitian ini antara lain sebagai berikut :

1. Penelitian ini mengambil sampel dari siswa kelas VIII.
2. Lokasi penelitian adalah SMP N 1 Sukoharjo Pringsewu.
3. Penelitian dipusatkan pada hubungan tinggi rendahnya minat belajar dan aktifitas pagi hari dengan kebugaran jasmani.

1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas penulis merumuskan masalah yaitu: “Apakah ada hubungan minat belajar dan aktifitas pagi hari terhadap tingkat kebugaran jasmani siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Sukoharjo Pringsewu?”.

1.5. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui adakah hubungan minat belajar dan aktifitas pagi hari dengan kebugaran jasmani siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Sukoharjo Pringsewu Tahun Ajaran 2014/2015.

1.6. Manfaat Penelitian

Hasil yang peneliti harapkan dari penelitian ini adalah sebagai berikut.

1.6.1. Manfaat teoritis

Manfaat teoritis dalam penelitian ini yaitu membuka pandangan kita bahwa pendidikan jasmani memiliki peranan penting dalam kehidupan berdasarkan aspek yang menjadi target perkembangannya yang meliputi aspek fisik, psikologis, dan intelektual.

1.6.2. Manfaat Praktis

Adapun manfaat praktis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

a. Bagi Guru

Memberikan sumbangan pemikiran dan pengetahuan tentang pengaruh minat belajar siswa terhadap kebugaran jasmani.

b. Bagi siswa

Agar siswa lebih meningkatkan minat terutama dalam pendidikan jasmani terutama dalam praktek penjas agar kebugaran jasmani siswa dapat terjaga.

c. Bagi Sekolah

Melalui hasil penelitian ini dapat menjadi masukan bagi sekolah dalam merumuskan kurikulum terutama dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani.