

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan jasmani adalah proses seseorang sebagai individu yang melakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan dalam rangka memperoleh kemampuan dan keterampilan jasmani, pertumbuhan, kecerdasan serta pembentukan watak. Pendidikan jasmani pada hakikatnya merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan secara keseluruhan dalam kualitas individu secara fisik, mental dan emosional. Tujuan pendidikan jasmani adalah 1). Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang dipilih, 2). Meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, 3). Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar, 4). Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui proses nilai – nilai yang terkandung di dalam pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan, 5). Menumbuhkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerja sama, percaya diri, optimis, dan demokratis, 6). Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain, dan lingkungan, 7). Memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga di lingkungan yang bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat, kebugaran, keterampilan, dan memiliki sikap yang

positif.

Aktivitas pembelajaran adalah kegiatan yang paling penting dalam mencapai tujuan pendidikan. Untuk mencapai tujuan pendidikan jasmani akan sangat tergantung pada berbagai proses pembelajaran pendidikan jasmani itu dilaksanakan di sekolah – sekolah. Menurut Undang – Undang No. 20 Tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional memberikan pengertian mengenai pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidikan dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar. Berdasarkan hal tersebut maka untuk meningkatkan kualitas pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah idealnya keempat elemen itulah harusnya menjadi fokus perbaikan dan pengembangan. Hasil belajar merupakan bukti bahwa belajar telah tercapai yang dapat terlihat dan peningkatan kemampuan dan keterampilan dalam tiga ranah pengetahuan, keterampilan, dan sikap. Belajar merupakan sebuah proses menuju keberhasilan individu dalam belajar sangat dipengaruhi oleh dua faktor yakni: input dan proses, input yang diartikan anak atau peserta didik yang mengikuti proses pembelajaran. Sedangkan proses dalam belajar terdiri instrumental input (Gedung atau sarana fisik kelas, sarana atau alat pembelajaran media pembelajaran, guru, kurikulum, materi pembelajaran, dan strategi pembelajaran) dan *environmental input* (Lingkungan alami maupun lingkungan sosial). Peran instrumental ini dalam pembelajaran pendidikan jasmani, media pembelajaran, guru, kurikulum, materi pelajaran, dan strategi pembelajaran yang diterapkan dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani adalah hal yang menentukan keberhasilan pembelajaran pendidikan jasmani itu sendiri. Kabupaten Buleleng terletak di utara pulau Bali yang topografis sangat beragam terdiri dari dataran rendah, perbukitan dan, dataran tinggi.

Kabupaten Buleleng Memiliki 9 kecamatan. Khususnya Kecamatan Buleleng memiliki sekolah dasar sebagai berikut. Pada data yang didapatkan bersumber dari dapodik kemendikbud Kecamatan Buleleng memiliki sekolah tingkat dasar total sekolah SD yang ada di Kecamatan Buleleng 75.

Permasalahan sering dijumpai terkait dengan belum tercapainya tujuan pendidikan jasmani baik terkait dengan tujuan kebugaran dan kesehatan fisik, mental, sosial, maupun pemanfaatan budaya lokal dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Hasil dari Riskesdas (2018), prevalensi obesitas pada usia di atas 18 tahun di Indonesia dari tahun 2013 sampai dengan tahun 2018, anak laki – laki dan perempuan cenderung meningkat yakni: 1). Tahun 2013 anak laki – laki 19,60% dan perempuan 32,90%, 2). Tahun 2016 anak laki – laki 24,00% dan anak perempuan 41,60% dan 3). Tahun 2018 anak laki – laki 26,60% dan anak perempuan 44,40%. Aktivitas fisik yang dilakukan oleh masyarakat umum di Provinsi Bali menjadi dua kategori kurang besar 74,02% dan kurang sedang 25,92%, sementara Di Kabupaten Buleleng kategori kurang 74,10% dan kategori sedang 25,90%. Hasil penelitian menunjukkan sebesar 93,30% level aktivitas fisik peserta didik berkategori kurang dan 6,70% peserta didik memiliki aktivitas fisik berkategori sedang. Terkait dengan aktivitas para remaja di kota Singaraja ditemukan sebesar 84,81% aktivitas fisik ringan dan 15,19% sedang saat Pandemi Covid-19. Dari data penelitian juga diperoleh tentang prevalensi gangguan mental emosional pada penduduk usia di atas 15 tahun di Kabupaten Buleleng 18,09% paling tinggi dua bandingkan dengan kabupaten lain di Bali, sedangkan penyakit gula darah (Diabetes melitus) sebesar 1,23% juga masih cukup tinggi.

Sementara tingkat partisipasi olahraga pada masyarakat umur 11 tahun sampai 19

tahun di Provinsi Bali Tahun 2021 berdasarkan hasil penelitian sport development indeks tahun 2021 adalah 0,545. Berikut uraian beberapa kesimpulan dari hasil penelitian tentang SDI tahun 2021. 1). Indeks literasi fisik secara nasional sebesar 0,565 artinya tingkat pencapaian literasi fisik sebesar 56% berada pada batas bawah kategori sedang. Ada relasi antara pengetahuan, sikap, dan keterampilan. Individu yang memiliki pengetahuan literasi fisik yang baik cenderung memiliki sikap yang baik terhadap aktivitas olahraga dan fisik. Hasil analisis juga membuktikan bahwa korelasi yang kuat antara variabel literasi fisik, tingkat partisipasi dan kebugaran, 2). Secara nasional aktivitas olahraga fisik dilakukan oleh 81,2% dari anggota masyarakat umum. Partisipasi dari mereka tersebut, 30,1% melakukan olahraga satu kali per minggu, 34,7% melakukan olahraga dua kali per minggu dan sebanyak 35,2% yang berpartisipasi 3 kali lebih per minggu. Jika dilihat dari angka partisipasi aktif, maka tingkat partisipasi olahraga sebesar 32,83%, 3). Ada kesenjangan tingkat partisipasi yang cukup lebar antara laki – laki 35,7% dan perempuan 21,4%. Dari aspek usia 20 sampai 44 tahun dan 45 sampai 60 tahun. Artinya seiring usia, tingkat partisipasi dalam berolahraga cenderung menurun, 4). Dilihat dari aspek waktu sebagian besar 39,2% melakukan aktivitas olahraga selama 20 sampai 30 menit, 27,3% melakukan kurang dari 20 menit, dan selebihnya melakukan aktivitas olahraga lebih dari 30 menit, dari aspek intensitas, 58,2% melakukan olahraga dengan intensitas sedang 4,2% melakukannya dengan cukup berat dan 1,6% melakukannya dengan intensitas berat, 5). Secara nasional rata – rata vo_{2_max} sebesar 26,35 ml/kg/min pada partisipan laki – laki vo_{2_max} sebesar 28,68 ml/kg/min dan untuk perempuan sebesar 23,98 ml/kg.min. dari analisis data ditemukan bahwa tingkat kebugaran dengan kategori kurang sekali sebesar 53,63%,

kategori kurang 22,68% dan hanya 5,86% yang masuk kategori baik sekali dan unggul.

Setelah dilakukan observasi awal dari lima sekolah dasar di antaranya SDN 5 Banyuning, SDN 5 Penarukan, SDN 5 Jinengdalem, SDN 1 Jinengdalem, SDN 3 Penarukan, terdapat permasalahan Visibilitas dan efektivitas pembelajaran pada sekolah. Dari segi efektivitas pembelajaran permasalahan yang di temui yaitu: 1). Guru belum menguasai materi yang akan di paparkan kepada peserta didik, 2). Sistem pembelajaran masih menerapkan metode grup kelas yang satu hari mengajar. Aktivitas yang kurang membuat peserta didik mengalami obesitas yang dibuktikan dari hasil penelitian oleh Riskesdas, 2018 mengenai aktivitas Di Kabupaten Buleleng kategori kurang 74,10% dan kategori dan kategori sedang 25,90%. Pengaruh obesitas pada peserta didik dipengaruhi empat faktor yaitu: pola makan, gaya hidup, kurangnya aktivitas fisik, dan pembelajaran yang kurang efektif. Pembelajaran yang kurang efektif membuat aktivitas fisik berkurang karena pembelajaran yang diberikan tidak sepenuhnya terlaksanakan secara terukur dan sistematis. Hal lain yang membuat aktivitas pembelajaran tidak sistematis guru kurang menguasai materi, adanya kelas grup sehingga waktu yang diberikan tidak cukup yang membuat pembelajaran tidak efektif. Efektivitas pembelajaran sangat mempengaruhi pada proses belajar peserta didik dikarenakan sebagai suatu acuan terlaksana kegiatan yang dilakukan selama pembelajaran. Apabila efektivitas pembelajaran menurun maka ketercapaian tujuan pembelajaran semakin rendah dan kualitas pembelajaran menurun.

Penelitian dari Khavisa Pranata, Dkk (2022) Berdasarkan hasil Analisis penelitian dengan judul “Efektivitas Waktu Pembelajaran Penjaskes di Sekolah

Dasar secara daring pada masa Pandemi Covid-19 di SDN Susukan 09 Pagi”, Peneliti dapat mengambil kesimpulan bahwa dari hasil penelitian dari 2 kelas tersebut yaitu kelas 5A dan 5B yaitu pembelajaran penjaskes secara daring tersebut sudah cukup efektif walaupun tidak seefektif pembelajaran dengan tatap muka, tetapi guru tetap mengupayakan dengan menyesuaikan materi dan pemilihan media yang sesuai untuk siswa agar siswa tetap mengikuti KBM yang berlangsung.

Penelitian dari. Serta menurut penelitian Ade Putra (2023) yang berjudul “Efektivitas Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani di SMP Negeri 4 Putik Kabupaten Kepulauan Anambas Kecamatan Palmatak dari” hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat diambil kesimpulan bahwa Secara keseluruhan hasil persentase skor rata-rata tingkat Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Di SMP Negeri 4 Putik sudah efektif. Pelaksanaan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SMP Negeri 4 Putik berdasarkan hasil penelitian termasuk kategori baik. Hal ini terlihat dari 3 aspek yaitu perencanaan pembelajaran, pelaksanaan pembelajaran dan evaluasi pembelajaran sudah efektif.

Jadi berdasarkan permasalahan yang telah diuraikan di atas maka akan sangat penting dilakukan penelitian terkait “Visibilitas dan Efektivitas Pembelajaran PJOK Di Sekolah Dasar (SD) Se-Kecamatan Buleleng”.

1.2 Identifikasi Masalah

Identifikasi masalah sesuai dengan judul penelitian ini, maka identifikasi masalahnya adalah.

- 1.2.1 Sarana dan prasarana yang ada di setiap sekolah Dasar terbilang cukup.
- 1.2.2 Sistem pembelajaran yang diterapkan oleh guru PJOK di sekolah masih menggunakan metode grup kelas.
- 1.2.3 Kurangnya aktivitas fisik sehingga menyebabkan terjadinya obesitas pada usia remaja (Risksdas, 2018).
- 1.2.4 Tujuan pembelajaran belum bisa tercapai karena pengelolaan kelas yang belum bisa optimal dilaksanakan oleh guru.
- 1.2.5 Visibilitas pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah Dasar (SD) Se-Kecamatan Buleleng belum ada yang melakukan penelitian.
- 1.2.6 Efektivitas pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah Dasar (SD) Se-Kecamatan Buleleng belum ada yang melakukan penelitian.

1.3 Pembatasan Masalah

Adapun batasan masalah pada penelitian ini sebagai berikut.

- 1.3.1 Visibilitas pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di Sekolah Dasar (SD) Se-Kecamatan Buleleng .

- 1.3.2 Efektivitas pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di Sekolah Dasar (SD) Se-Kecamatan Buleleng .

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas maka permasalahan yang ingin dipecahkan dalam penelitian ini.

- 1.4.1 Bagaimana visibilitas pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di sekolah Dasar (SD) Se-Kecamatan Buleleng ?
- 1.4.2 Bagaimana efektivitas pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di sekolah Dasar (SD) Se-Kecamatan Buleleng ?

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas penelitian ini bertujuan untuk:

- 1.5.1 Untuk mendeskripsikan Visibilitas Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Sekolah Dasar (SD) Se-Kecamatan Buleleng.
- 1.5.2 Untuk mendeskripsikan Efektivitas Pembelajaran Pendidikan Jasmani olahraga dan kesehatan di Sekolah Dasar (SD) Se-Kecamatan Buleleng.

1.6 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diperoleh dari penelitian ini adalah:

1.6.1 Manfaat teoritis

Dari segi teoritis, hasil penelitian ini di harapkan dapat bermanfaat dalam menyediakan informasi dan refrensi tentang Visibilitas dan Efektivitas pembelajaran di Sekolah Dasar (SD) Se-Kecamatan Buleleng.

1.6.2 Manfaat Praktis

Bagi Guru

Dapat memberikan masukan bagi guru dalam kaitan pelaksanaan pembelajaran dan Membantu dalam proses pembelajaran sehingga terciptanya suasana pembelajaran yang kondusif.

1.6.3 Bagi Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran dan informasi kepada sekolah sehingga dapat dijadikan pertimbangan untuk usaha perbaikan atas kekurangan yang ada untuk mengambil kebijakan terhadap pelaksanaan kegiatan berolahraga.

1.6.4 Bagi Peneliti

Memberikan pengalaman bagi peneliti dalam situasi visibilitas dan efektivitas pembelajaran dan melengkapi pengetahuan yang peneliti dapatkan saat proses kuliah.

1.6.5 Bagi Peneliti lain

Dapat menjadikan rujukan, sumber informasi dan bahan referensi penelitian selanjutnya agar lebih bisa dikembangkan serta menambah ilmu pengetahuan baru.

