

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Tugas Dosen Pembimbing	86
Lampiran 2. Surat Ijin Observasi	87
Lampiran 3. Surat Ijin Penelitian	88
Lampiran 4. Surat Ijin Uji Validasi Instrumen.....	89
Lampiran 5. Uji Instrumen pakar I.....	90
Lampiran 6. Uji Instrumen Pakar II	113
Lampiran 7. Dokumentasi Foto.....	136



BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan proses sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan untuk memperoleh kemampuan jasmani, keterampilan, pertumbuhan, kecerdasan, dan perkembangan watak sebagai individu atau sebagai anggota masyarakat. Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada hakekatnya adalah suatu proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk memperoleh perubahan holistik dalam kualitas fisik, mental dan emosional individu. Tujuan Pendidikan Jasmani menurut Permendiknas Nomor 22 Tahun 2006 adalah sebagai berikut adalah (1) mengembangkan keterampilan manajemen diri untuk mengembangkan dan memelihara kebugaran jasmani dan pola hidup sehat melalui aktivitas jasmani dan olahraga pilihan; (2) meningkatkan pertumbuhan fisik dan perkembangan psikologis; (3) meningkatkan keterampilan dan kemampuan gerak dasar; (4) Menginternalisasikan nilai-nilai yang melekat pada pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan untuk meletakkan dasar karakter moral yang kuat. (5) menumbuhkan sportifitas, integritas, disiplin, tanggung jawab, kerjasama, percaya diri dan demokrasi; (6) mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain dan lingkungan; (7) Memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga dalam lingkungan bersih

sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan jasmani yang sempurna, pola hidup sehat dan bugar, keterampilan, dan sikap positif.

Kegiatan proses pembelajaran merupakan kegiatan yang paling penting untuk mencapai tujuan pendidikan. Pencapaian tujuan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan sangat bergantung pada bagaimana proses pembelajaran pendidikan jasmani berlangsung di sekolah. Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional RI No. 20 Tahun 2003 mendefinisikan pembelajaran sebagai proses interaksi siswa-pendidik dan sumber belajar dalam suatu lingkungan belajar. Berdasarkan hal tersebut, untuk meningkatkan mutu pendidikan jasmani di sekolah, idealnya keempat faktor tersebut harus menjadi fokus peningkatan dan pengembangan. Hasil belajar merupakan bukti bahwa pembelajaran telah terlaksana, yang dibuktikan dengan peningkatan kompetensi dan keterampilan berupa pengetahuan, sikap, perilaku, dan tingkat keterampilan. Belajar merupakan suatu proses dimana keberhasilan belajar seseorang sangat dipengaruhi oleh dua faktor yaitu input dan proses. Input artinya anak/siswa berpartisipasi dalam proses pembelajaran. Proses pembelajaran terdiri dari input instrumental (bangunan atau fasilitas fisik kelas, fasilitas atau alat pembelajaran, media pembelajaran, guru dan kurikulum, atau materi pelajaran dan strategi pembelajaran) dan input lingkungan (lingkungan alam dan sosial) dan Peran yang menentukan dalam pembelajaran pendidikan jasmani dimainkan oleh fasilitas pendidikan jasmani, infrastruktur atau alat pembelajaran, media pembelajaran, guru, kurikulum atau isi pembelajaran, dan strategi pembelajaran yang digunakan dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani adalah hal yang menentukan Keberhasilan pembelajaran Pendidikan jasmani itu sendiri.

Saat ini terdapat berbagai permasalahan yang tidak hanya terkait dengan pemanfaatan budaya lokal di kelas pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, tetapi juga ketidakmampuan untuk mencapai tujuan kebugaran dan kesehatan fisik, mental dan sosial. Menurut hasil Riskesdas (2018), prevalensi obesitas pada penduduk usia 18 tahun ke atas di Indonesia cenderung meningkat baik pada laki-laki maupun perempuan dari tahun 2013 ke tahun 2018. (1) Laki-laki: 19,60, Perempuan: 32,90% pada 2013; (2) Laki-laki: 24,00%, Perempuan: 41,60% pada 2016. (3) Laki-laki: 26,60%, Perempuan: 44,40% pada 2018. Tingkat aktivitas fisik penduduk di Bali adalah 74,02% dalam kategori ringan dan 25,92% dalam kategori sedang, sedangkan di Buleleng kategori kurang dari 74,10% dan kategori 'sedang' adalah 25,90%. Hasilnya, ditemukan 93,30% siswa berada pada tingkat aktivitas fisik kurang, dan 6,70% siswa melakukan aktivitas fisik sedang. Terkait aktivitas fisik remaja di Singaraja ditemukan 84,81% melakukan aktivitas fisik ringan dan 15,19% melakukan aktivitas fisik sedang selama pandemi COVID-19. Data penelitian juga mengungkapkan bahwa prevalensi gangguan psiko-emosional pada penduduk berusia di atas 15 tahun di Buleleng adalah 18,09%, tertinggi dibandingkan kabupaten lain di Bali, sedangkan diabetes masih cukup tinggi yaitu 1,23%. Telah melakukan.

Di sisi lain, berdasarkan hasil survei Indeks Pembangunan Olahraga 2021, angka partisipasi masyarakat usia 11-19 tahun di Bali pada tahun 2021 sebesar 0,545. Berikut adalah beberapa kesimpulan yang ditarik dari temuannya tentang SDI pada tahun 2021 : (1) Indeks nasional literasi jasmani adalah 0,565; Artinya, tingkat pencapaian pendidikan jasmani dasar sebesar 56% berada pada kategori paling bawah dari kategori sedang. Ada hubungan antara pengetahuan, sikap dan

tindakan. Orang dengan kemampuan fisik yang baik cenderung memiliki sikap yang baik terhadap olahraga dan aktivitas fisik. Hasil analisis juga menunjukkan adanya hubungan yang kuat antara variabel kemampuan fisik, partisipasi dan kebugaran. (2) Secara nasional, 81,2% penduduk setempat terlibat dalam olahraga/aktivitas fisik. Di antara peserta, 30,1% berolahraga seminggu sekali, 34,7% berolahraga dua kali seminggu, dan 35,2% berolahraga tiga kali atau lebih dalam seminggu. Dilihat dari tingkat partisipasi aktif, tingkat partisipasi olahraga sebesar 32,83% dan tingkat partisipasi olahraga sebesar 32,83%. (3) Ada perbedaan besar dalam tingkat partisipasi antara laki-laki (35,7%) dan perempuan (21,4%). Berdasarkan kelompok umur, tingkat partisipasi tertinggi pada kelompok umur 10-19 tahun, diikuti kelompok umur 20-44 tahun dan kelompok umur 45-60 tahun. Artinya aktivitas fisik cenderung menurun seiring bertambahnya usia. (4) Dilihat dari durasinya, kebanyakan orang (39,2%) berolahraga selama 21-30 menit, 27,3% berolahraga 20 menit atau kurang, dan sisanya 30 menit atau lebih. Dari segi intensitas, 58,2% berolahraga dengan intensitas sedang, 4,2% dengan intensitas sedang, dan 1,6% dengan intensitas tinggi. (5) Rata-rata $vo2_max$ nasional adalah 26,35 mL/kg/menit, dengan rincian 28,68 mL/kg/menit untuk peserta pria dan 23,98 mL/kg/menit untuk wanita. Analisis data menunjukkan bahwa tingkat kebugaran 53,63% dalam kategori sangat buruk, 22,68% dalam kategori buruk, dan hanya 5,86% dalam kategori sangat baik dan sangat baik.

Aktivitas yang pembelajaran yang kurang efektif sehingga kurang memotivasi siswa untuk aktif melaksanakan kegiatan pembelajaran jasmani olahraga dan kesehatan hal inilah yang 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 Penjaskesrek yang kurang efektif. Pembelajaran Penjaskerec 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.

Dari data yang di peroleh dari dapokemendikbud di kabupaten buleleng memiliki jumlah sekolah menengah pertama (SMP) sebagai berikut Kec. Buleleng sebanyak 17 sekolah , Kec. Sukasada sebanyak 9 sekolah, Kec. Seririt sebanyak 6 sekolah, Kec. Banjar sebanyak 7 sekolah, Kec. Grokgak sebanyak 8 Sekolah, Kec. Sawan sebanyak 6 sekolah, Kec. Kubutambahan sebanyak 8 Sekolah, Kec. Busungbiu Sebanyak 5 Sekolah, dan Kec. Tejakula Sebanyak 6 Sekolah. Total sekolah menengah pertama yang ada di buleleng yakni 72 sekolah

Setelah dilakukan tinjauan ke beberapa sekolah menengah Pertama (SMP) yang ada di kabupaten buleleng yakni SMP N 1 Singaraja, SMP N 2 Singaraja, SMP N 3 Singaraja, SMP Lab Undiksha, SMP N 5 Singaraja, SMP N 1 Sukasada,

SMP N 1 Seririt, SMP N 1 Banjar, SMP N 3 Busungbiu, SMP 1 Kubutambahan, SMP N 5 Tejakula, SMP 1 Grokgak, dan SMP N 1 Sawan di jumpai berbagai 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 dua sampai tiga kelas sehingga materi yang disampaikan tidak seutuhnya tersampaikan, 3). Suasana kurang kondusif saat pembelajaran karena peserta didik yang diajarkan tidak seutuhnya mengikuti alur pembelajaran yang diberikan. Sedangkan dari segi visibilitas permasalahan yang dialami yaitu sarana dan prasarana yang di memiliki setiap sekolah masih terbatas menjadikan pembelajaran memerlukan waktu yang lama untuk mengajar dan hal lain yang ditemui alat untuk mengajar setiap materi yang diberikan masih sedikit seperti materi bola voli, bola yang di sediakan sekiranya 4 sampai 6 buah sehingga guru menerapkan pembelajaran kelompok namun tidak bisa mengawasi setiap saat sehingga pembelajaran tidak bisa optimal.

Visibilitas Di Kabupaten Buleleng memiliki permasalahan sarana dan prasarana dilihat dari kondisi setiap cabang olahraga tidaklah sama baik untuk cabang olahraga permainan, cabang olahraga atletik, dan cabang olahraga ritmik. Memiliki hasil hitungan kondisi sarana dan prasarana dari tiga cabang olahraga tersebut menunjukkan bahwa ketersediaan kondisi sarana dan prasarana pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan pada SMA/SMK Di Kabupaten Buleleng katagori jauh dari ideal (Satyawan, 2015).

Agung Pratama (2021) dalam jurnalnya yang berjudul “Profil Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di SMP Negeri se-Kecamatan Buleleng” menyimpulkan bahwa profil Pendidikan jasmani dan Kesehatan yang mencakup ketersediaan guru, ketersediaan perangkat pembelajaran serta ketersediaan sarana dan prasarana pembelajaran PJOK di 8 sekolah SMP Negeri Se-kecamatan Buleleng pada tahun 2021 Berada Dalam Kategori cukup.

Berdasarkan beberapa permasalahan di atas pembelajaran PJOK yang ada di kabupaten Buleleng dikatakan masih kurang efektif dikarenakan ketersediaan perangkat pembelajaran, prasarana dan sistem pembelajaran yang masih belum merata. maka yang menjadi masalah dalam penelitian ini adalah Untuk mendapatkan gambaran yang akurat dan jelas tentang permasalahan pembelajaran PJOK di sekolah menengah pertama (SMP) yang terjadi di Kabupaten Buleleng seperti yang di uraikan di atas, perlu dilakukan penelitian untuk mengetahui apakah pembelajaran PJOK pada jenjang sekolah menengah pertama (SMP) yang ada di Kabupsten Buleleng sudah Visibel dan Efektif atau belum, maka berdasarkan hal tersebut penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “visibilitas dan efektivitas Pembelajaran PJOK di Sekolah Menengah Pertama (SMP) Se-Kabupaten Buleleng”

1.2 Identifikasi Masalah

Identifikasi masalah sesuai dengan judul penelitian ini, maka indentifikasinya adalah.

- 1.2.1 Sarana dan prasarana yang ada di setiap sekolah Menengah Pertama di Kabupaten Buleleng masih dalam kategori kurang. (Agung Pratama, 2021)
- 1.2.2 Sistem pembelajaran yang diterapkan oleh guru PJOK di sekolah masih menggunakan metode grup kelas.
- 1.2.3 Aktivitas fisik yang kurang sehingga menyebabkan terjadinya obesitas pada usia remaja (Riskesdas, 2018)
- 1.2.4 Tujuan Pembelajaran bisa tercapai karena pengelolaan kelas yang masih belum bisa optimal dilaksanakan oleh guru.
- 1.2.5 Visibilitas pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di sekolah menengah Pertama (SMP) Se-kabupaten Buleleng belum ada yang melakukan penelitian.
- 1.2.6 Efektivitas pembelajaran Pendidikan Jasmani olahraga dan Kesehatan di sekolah menengah Pertama (SMP) Se-kabupaten 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 menengah Pertama (SMP) Se-Kabupaten Buleleng.
- 1.3.2 Efektivitas pembelajaran Pendidikan Jasmani olahraga dan Kesehatan di sekolah menengah Pertama (SMP) Se-Kabupaten 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 menengah Pertama (SMP) Se-Kabupaten Buleleng?
- 1.4.2 Bagaimana efektivitas pembelajaran Pendidikan Jasmani olahraga dan Kesehatan di sekolah menengah Pertama (SMP) Se-Kabupaten Buleleng?

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas penelitian ini bertujuan untuk:

- 1.5.1 Untuk mendeskripsikan visibilitas Pembelajaran Pendidikan Jasmani olahraga dan Kesehatan di sekolah Menengah Pertama (SMP) di Kabupaten Buleleng.
- 1.5.2 Untuk mendeskripsikan efektivitas Pembelajaran Pendidikan Jasmani olahraga dan Kesehatan di sekolah Menengah Pertama (SMP) di Kabupaten Buleleng.

1.6 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diperoleh dari penelitian ini adalah:

- 1.3.3 Manfaat teoritis

Dari segi teoritis, hasil penelitian ini di harapkan dapat bermanfaat dalam menyediakan informasi dan refrensi tentang visibilitas dan

efektivitas pembelajaran di sekolah menengah Pertama (SMP) Se-Kabupaten Buleleng.

1.3.4 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.